MỤC LỤC

Lời nói đầu ix
Bài 1: Đạo Phật 1
Bài 2: Tam Bảo 11
Bài 3: Tứ nhiếp pháp 25
Bài 4: Tứ vô lượng tâm 39
Bài 5: Ngũ minh 51
Bài 6: Lục hòa 63
Bài 7: Tứ diệu đế (Khổ thánh đế) 71
Bài 8: Tứ diệu đế (Khổ tập thánh đế) 83
Bài 9: Tứ diệu đế (Khổ diệt thánh đế) 91
Bài 10: Tứ diệu đế (Khổ diệt đạo thánh đế) 101
Bài 11: Tứ niệm xứ 115
Bài 12: Tứ chánh cần 131
Bài 13: Tứ như ý túc 147
Bài 14: Ngũ căn - Ngũ lực 159
Bài 15: Thất giác chi 177
Bài 16: Tam vô lậu hoặc 195
Bài 17: Ngũ uẩn 219
Bài 18: Duyên khởi 227
Bài 19: Tam pháp ấn 241
Bài 20: Nghiệp 251

LỜI NÓI ĐẦU

Nhằm thống nhất chương trình giảng dạy tại các trường Trung cấp Phật học, Ban Giáo dục Tăng Ni Trung ương thành lập tiểu ban biên soạn sách giáo khoa để biên soạn giáo trình của chương trình cải cách giáo dục đã được nhất trí thông qua cuối nhiệm kỳ VI của Giáo hội. Dự kiến bộ giáo trình này khoảng 30 cuốn, gồm trong sáu nhóm: kinh, luật, luật, văn học, sử học và ngôn ngữ. Một cách tổng quát, phương thức biên soạn các môn thuộc kinh luật luận bao gồm sáu phần: phiên âm và dịch nghĩa; giải thích thuật ngữ; phân tích nội dung; ứng dụng thực tiễn; câu hỏi và thảo luận, bài và sách đọc thêm. Tuy nhiên, vì tính chất đặc thù của một số chủ đề, trật tự biên soạn trên cũng có thể được vận dụng một cách linh hoạt nhưng vẫn đảm bảo được tính tổng thể của phương pháp biên soạn.

Người tham gia biên soạn các bài học chủ yếu cung cấp những thông tin căn bản và chính xác từ kinh, luật, luận, từ điển đối với từng chủ đề và hạn chế tối đa sự bình luận và tư duy mang tính cá nhân. Mục đích của phương pháp này là nhằm bảo đảm tính khách quan và sự vận dụng sáng tạo, khai triển tư tưởng cho các giáo thọ.

Phật Học Căn Bản là cuốn sách bao gồm các chủ đề Phật học mang tính phổ thông nhưng rất quan trọng được biên soạn. Khác với cách bố trí mang tính truyền thống xưa này, trật tự của các chủ đề giáo lý được sắp đặt theo tinh thần từ dễ đến khó để người học dễ dàng tiếp thu. Ví dụ, thay vì các chủ đề quan trọng như Tứ Đế, Ngũ Uẩn, Duyên Khởi, v.v... được đưa vào đầu chương trình, trong cuốn sách này, các chủ đề phổ thông như Tam Bảo, Tứ Nhiếp Pháp, Tứ Vô Lượng Tâm... được trình bày ở phần đầu để giúp người học có được những kiến thức cơ bản trước khi tiếp nhận những chủ đề mang tính triết lý sâu sắc.

Chắc chắn rằng sẽ có nhiều ý kiến về Bộ sách giáo khoa này; tuy nhiên như người xưa đã nói: "Vạn sự khởi đầu nan"; vì thế những thiếu sót là không thể tránh khỏi trong một công trình quan trọng và mang tính chuyên môn như thế này. Ban Giáo dục Tăng Ni quan niệm các giáo trình đã và đang được biên soạn này là những công trình khởi đầu và mong chờ sự góp ý từ các nhà chuyên môn, nghiên cứu, đặc biệt là các nhà giáo trực tiếp giảng dạy chương trình này. Mọi ý kiến đóng góp của quý vị sẽ là những tư liệu quý giá để giúp Ban Giáo dục hoàn thiện Bộ sách giáo khoa này.

Vì sự nghiệp giáo dục của Phật giáo, Ban Giáo dục Tăng Ni Trung ương rất mong nhận được sự góp ý của chư tôn đức Tăng Ni và quý Phật tử thiện tri thức.

BAN GIÁO DỤC TĂNG NI TRUNG ƯƠNG

Bảng Viết Tắt

- Đại Tạng Kinh Việt Nam Nam Truyền: ĐTKVNNT
- Đại Tạng Kinh Việt Nam: ĐTKVN
- Hán: H
- Kinh Pháp Cú: KPC
- Kinh Tăng Chi Bộ: KTCB
- Kinh Tạp A-hàm: KTAH
- Kinh Tiểu Bộ: KTB
- Kinh Trung A-hàm: KTr.AH
- Kinh Trung Bộ: KT.B
- Kinh Trường A-hàm: KTAH
- Kinh Trường Bộ: KTr.B
- Kinh Tương Ưng Bộ: KTƯB
- Pāli: P
- Phật Học Phổ Thông: PHPT
- Phật Quang Đại Từ Điển: PQĐTĐ
- Sanskrit: S
- Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam: VNCPHVN

Bài 1

ĐẠO PHẬT

Đạo Phật là một trong những tôn giáo có lịch sử lâu đời nhất gắn liền với sự tồn tại và phát triển của con người. Sự xuất hiện của đạo Phật cách đây hơn 25 thế kỷ như là một nhu cầu tất yếu của lịch sử Ấn Độ nhằm đáp ứng lòng khát khao và mong mỏi một lý tưởng sống của con người thời bấy giờ. Đó là một hệ thống triết học và tư tưởng mới về nhân sinh quan và vũ trụ luận đã được khai mở qua sự chứng ngộ của một con người lịch sử, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni (S[1] - P[2]. *Sākyamuni*; H[3]. 釋迦牟尼). Trong quá trình tồn tại và phát triển, Phật giáo từng bước du nhập vào hầu hết các quốc gia trên thế giới, đồng thời đã trở thành một phần không thể thiếu trong đời sống văn hóa, giáo dục, tâm linh của con người và những xứ sở mà đạo Phật hiện diện.

"Đạo Phật" hay "Phật giáo" (P. Buddhism; H. 佛教) là danh từ được sử dụng một cách rộng rãi nhằm chỉ một tôn

1. S: Viết tắt của chữ Sanskrit.
2. P: Viết tắt của chữa Pāli.
3. H: Viết tắt của chữ Hán.

giáo có ảnh hưởng rất lớn đến tư tưởng và triết học châu Á nói riêng và toàn thể thế giới nói chung. Đặc biệt, trong những thập niên đầu của thế kỷ XX, giáo lý của Phật giáo đã được con người của các nước có nền kinh tế, văn hóa tiên tiến và phát triển đón nhận một cách trân trọng.

Thông thường, thuật ngữ "đạo" được giải thích theo nhiều cách khác nhau. Trong phạm trù triết học, đạo được hiểu như là lý tánh tuyệt đối, là bản thể của vạn vật; trong ý nghĩa đạo đức, đạo là trách nhiệm, là bổn phận; trong lãnh vực lý tưởng sống, đạo có nghĩa là con đường, là cách sống; đạo trong ý nghĩa tôn giáo bao hàm ở nghĩa thứ ba.

Phật hay Phật Đà là dịch âm của thuật ngữ Sanskrit: "Budha", nghĩa là người giác ngộ, người hiểu biết hoàn toàn (giác giả). Một cách ngắn gọn, Phật là một danh từ chung để chỉ cho những ai đã chứng đắc giải thoát hoàn toàn bằng chính sự nỗ lực tu tập của tự thân và đem giáo lý giải thoát ấy làm lợi ích cho mọi loài. Như thế, bất cứ ai tự mình giác ngộ (tự giác) và giúp người khác giác ngộ (giác tha) đều được gọi là Phật: "Một người, này các Tỷ-kheo, khi xuất hiện ở đời, sự xuất hiện ấy đem lại hạnh phúc cho số đông, an lạc cho số đông, vì lòng thương tưởng cho đời, vì lợi ích và hạnh phúc, vì an lạc cho chư thiên và loài người. Một người ấy là ai? Chính là Thế Tôn, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác"[4].

Cần lưu ý rằng, cũng là tôn giáo nhưng Phật giáo có những đặc điểm tư tưởng quan trọng, khác biệt với triết lý của hầu hết các tôn giáo. Thứ nhất, nếu phần lớn các tôn

4. ĐTKVN, *KTCB, tập I*, VNCPHVN, 1999.

giáo trên thế giới xem niềm tin là điều kiện tiên quyết để tạo nên mối quan hệ giữa tín đồ và giáo chủ, đạo Phật lấy sự hiểu biết (trí tuệ) làm nền tảng mà không phải là một niềm tin thuần túy. Vì vậy, đạo Phật còn được biết là con đường tỉnh thức, hay con đường giác ngộ. Tôn chỉ hành động của Phật giáo là "duy tuệ thị nghiệp". Hay "Này các Tỷ-kheo, Ta nói rằng sự đoạn tận lậu hoặc là dành cho người biết và người thấy chứ không dành cho người không biết không thấy"[5]. Thứ hai, nếu vai trò của thần linh, chúa trời, thượng đế, giáo chủ... là trung tâm của tôn giáo thì trong đạo Phật, con người là chủ nhân của chính mình và của thế giới, vì "Ta là chủ nhân của nghiệp, là kẻ thừa tự nghiệp; nghiệp là thai tạng, nghiệp là quyến thuộc, nghiệp là điểm tựa. Phàm nghiệp nào sẽ làm, thiện hay ác, ta sẽ thừa tự nghiệp ấy". Thứ ba, toàn bộ giáo lý Phật giáo là thành quả của sự tu tập, thực nghiệm của một con người lịch sử thật sự mà không phải là những lý thuyết thuần túy mang tính mặc định siêu hình, tưởng tượng do thánh thần hay thượng đế mặc khải. Con người lịch sử ấy là Đức Phật Thích Ca Mâu Ni (P. *Sākyamuni*; H. 釋迦牟尼).

Trước khi trở thành bậc giác ngộ tại Bồ đề đạo tràng, Đức Phật Thích Ca tên là Tất-đạt-đa (P. *Siddhattha*; S. *Siddhartha*; H. 悉達多), họ Cù-đàm (P. *Gotama*; S. *Gautama*; H. 瞿曇), sống vào khoảng thế kỷ thứ VI trước Tây lịch. Tất-đạt-đa là thái tử của nước Cộng hòa Thích Ca (P. *Sakya*; H. 共和釋迦) với kinh đô là Ca-tỳ-la-vệ (S. *Kapilavastu*, P. *Kapilavatthu*; H. 迦毘羅衛) thuộc vùng Bắc Ấn. Thân phụ của Ngài là vua Tịnh Phạn (P. *Suddhodana*; H.

5. ĐTKVN, *KT.B, tập I*, VNCPHVN, 1999.

净飯) và thân mẫu là hoàng hậu Ma Da (P. *Mahamaya*; H. 摩耶). Với bẩm chất thông minh và nhân hậu lại được nuôi dưỡng trong một môi trường giáo dục lý tưởng, thái tử sớm chứng tỏ là một người có trí tuệ sáng suốt và tài năng hơn người. Khi ở độ tuổi trưởng thành, thái tử kết hôn với một công nương xinh đẹp tên là Da-du-đà-la (P. *Yasodharā*; H. 耶輸陀羅) và hai người đã có một người con trai tên là La-hầu-la (P. *Rahula*; H. 羅睺羅). Dù được cung phụng tất cả những thứ xa hoa của cuộc sống và được thọ hưởng mọi sự lạc thú trong cuộc đời nhưng thái tử Tất-đạt-đa vẫn không cảm thấy bình an với cuộc sống vương giả; đặc biệt, sau khi trực tiếp tiếp xúc với đời thường và thấy rõ nỗi khổ sanh, lão, bệnh, tử của kiếp người, thái tử quyết chí xuất gia, từ bỏ ngai vàng điện ngọc để làm một Sa môn khổ hạnh lên đường tìm đạo.

Suốt sáu năm ròng rã tìm đạo, học hỏi và thực hành giáo pháp với những vị thầy danh tiếng, khép mình vào những pháp môn tu tập khổ hạnh nhất thời bấy giờ, Sa môn Cù-đàm vẫn không thỏa mãn với những thứ do các giáo pháp ấy mang lại. Từ bỏ mọi thành quả đã gặt hái được, từ bỏ những tư tưởng và pháp môn mang tính truyền thống, Sa môn Cù-đàm quyết định lên đường tìm kiếm con đường tu tập riêng cho chính mình. Sau sự kiên trì nỗ lực của tự thân, vào năm 35 tuổi, đạo sĩ Cù-đàm đã giác ngộ được nguyên lý vận hành của con người và thế giới, thấy được sự thật về khổ, nguyên nhân của khổ, sự diệt khổ và con đường đưa đến sự diệt khổ tại Bồ đề đạo tràng (P. *Bodhgaya*; H. 菩提道場 - thuộc bang Bihar ngày nay). Từ đó Ngài được tôn xưng là Phật với ý nghĩa là con người đã giác ngộ hoàn toàn. Từ giây phút thiêng liêng đó cho đến khi nhập Niết-

bàn ở tuổi 80 tại rừng cây Ta la thuộc địa phận Câu-thi-la (P. *Kusinaga*; H. 俱尸那), Đức Phật đã lên đường thuyết pháp độ sanh. Suốt 45 năm không ngừng nghỉ, ngài đã đem ánh sáng chánh pháp rọi soi cuộc đời, xây dựng lý tưởng sống có khả năng đem đến an lạc và hạnh phúc cho con người ngay tại đây và bây giờ.

Những lời dạy của Đức Phật được biên tập lại trong ba phần gọi là tam tạng (P. *Tipit.aka*, S.*Tripitaka*; H. 三藏), bao gồm: Kinh (P. *Sutta*; S, *Sūtra*; H: 經), Luật (P. *Vinaya*; H. 律) và Luận (P. *Abhidhamma*, S. *Abhidharma*; H. 論). Một cách tổng quát, kinh là những lời dạy của Đức Phật thuyết giảng cũng như các bài pháp do các thánh đệ tử thuyết giảng mà được Đức Phật ấn chứng. Luật là những nguyên tắc, những giới điều được Phật quy định nhằm hỗ trợ cho đời sống tu hành của chúng đệ tử tại gia cũng như xuất gia. Luận bao gồm những bộ sách, chủ yếu là chú thích và giảng giải một cách rõ ràng và chi tiết lời Phật dạy để thích nghi với những yêu cầu mang tính tri thức, trình độ, văn hóa v.v... của những con người khác nhau; tác giả của các bộ Luận chủ yếu là những thánh đệ tử của Đức Phật.

Cần lưu ý rằng nội dung chính của giáo lý Phật giáo là chỉ cho con người thấy được bản chất của khổ và phương pháp đoạn diệt nó: "Này các Tỷ-kheo, suốt 45 năm thuyết pháp ta chỉ nói khổ và con đường diệt khổ" (kinh Trung Bộ). Đức Phật không thật sự chú trọng đến phần triết lý siêu hình hay việc tranh luận hơn thua với đời, bởi lẽ việc ấy không đưa đến an lạc, giải thoát cho cuộc đời. Quan điểm này được Đức Phật chỉ rõ trong bài pháp "Nắm lá Simsapa", khi Ngài cầm một nắm lá và hỏi các đệ tử: "Này

các Tỷ-kheo, các thầy nghĩ thế nào? Lá trong tay ta nhiều hơn hay lá trong rừng nhiều hơn. Bạch đức thế Tôn, lá trong tay của Thế Tôn rất ít, nhưng lá trong rừng Simsapa quả thật nhiều hơn rất nhiều. Cũng thế, này các Tỷ-kheo, Ta chỉ dạy các ông rất ít từ những gì Ta đã chứng ngộ được; những gì Ta không dạy các thầy là rất nhiều. Tại sao? Bởi vì nó không lợi ích... không đưa đến Niết-bàn"[6].

Quan trọng hơn thế nữa, lời Phật dạy không phải chỉ để cầu nguyện và chờ đợi kết quả của công phu cầu nguyện ở kiếp sau, mà giáo lý của ngài có khả năng đưa đến kết quả tức thời cho những ai thực tập nó ngay trong cuộc sống: "Này các Tỷ-kheo, giáo pháp của Ta là thiết thực hiện tại, đến để mà thấy, không có thời gian, có khả năng hướng thượng, được người trí tự mình chứng hiểu"[7]. Đặc biệt, giáo lý Phật giáo được ví như một chiếc bè để cho người ta sang sông; do vậy, dù chiếc bè có tốt đến thế nào đi nữa thì khi đã sang sông rồi người ta cần phải để bè lại bên bờ sông chứ không phải ôm chặt chiếc bè. Cũng vậy, những pháp môn tu tập khác nhau của Phật giáo chỉ là phương tiện với mục đích giúp cho con người tự mình ứng dụng nhằm đoạn trừ khổ đau của kiếp người, đồng thời đạt được lợi ích, an lạc, hạnh phúc trong chính cuộc sống này. Vì vậy, mọi so sánh cao thấp, lớn nhỏ, cực đoan giáo điều, chấp thủ tư tưởng đều không đúng với di ngôn của Đức Phật: "Này các Tỷ-kheo, Ta thuyết pháp như chiếc bè để vượt qua, không phải để nắm giữ lấy. Chư Tỷ-kheo, các

6. ĐTKVN, *KTUB, tập V*, VNCPHVN.
7. ĐTKVN, *KT.B, tập I*, VNCPHVN.

ông cần hiểu ví dụ cái bè... Chánh pháp còn phải bỏ đi, huống nữa là phi pháp"[8].

Như một vị lương y tài giỏi xem bệnh bốc thuốc để cứu đời, trải qua hơn 45 năm truyền bá chánh pháp[9], Đức Phật đã giáo hóa cho tất cả những ai có duyên với chánh pháp bằng một tâm không phân biệt, bao gồm mọi tầng lớp nam nữ, già trẻ, giàu nghèo, trí thức, thường dân, vua chúa, quan lại... Giáo pháp của ngài đã giúp cho chúng sanh thấy được chân giá trị của con người và cuộc sống, giúp mọi người chọn lựa một lối sống đúng đắn, có thể đem đến lợi ích cho tự thân và tha nhân. Lời xưng tán sau đây có thể xem như là sự tri ân của những người thấm nhuần Phật pháp: "Thật vi diệu, tôn giả Gotama! Tôn giả Gotama, như người dựng đứng lại những gì bị quăng ngã xuống, phơi bày những gì bị che kín, chỉ đường cho kẻ lạc hướng, đem đèn sáng vào trong bóng tối để những ai có mắt có thể thấy sắc. Cũng vậy, chánh pháp đã được Tôn giả Gotama dùng nhiều phương tiện trình bày"[10].

Trải qua gần 26 thế kỷ tồn tại và phát triển, con đường Trung đạo của Phật giáo hay nghệ thuật sống này vẫn được xem là một trong những sự chọn lựa thông minh và hiệu quả nhất cho những ai thực sự mong muốn có một nếp sống an bình và hạnh phúc, bởi vì: "Thật hiếm nhân vật trong lịch sử tư tưởng nhân loại từng có ảnh hưởng rộng lớn và lâu dài như Đức Phật Siddhattha Gotama, và cũng không có ai từng để lại dấu ấn sâu đậm lên toàn châu Á như Ngài.

8. ĐTKVN, *KT.B, tập I*, VNCPHVN.
9. Theo truyền thống của Phật giáo Nam Truyền.
10. ĐTKVN, *KT.B, tập I*, VNCPHVN.

Đạo giáo do Ngài sáng lập không chỉ đem lại nguồn an ủi cho vô số người mà còn cung cấp nền tảng học thuyết nhân bản cao thượng và một di sản văn hóa vô cùng tinh tế. Bài thuyết pháp đầu tiên do Đức Phật dạy tại vườn Lộc Uyển (P. *Sarnath*; H. 鹿宛), gần Banares, năm 528 trước Tây lịch là một sự kiện lớn đem lại những kết quả đầy lợi lạc liên tục mãi đến thời đại này"[11]. Đặc biệt, theo nhà vật lý xuất sắc nhất của thế kỷ XX, Albert Eisntein, "Tôn giáo của mai sau là một tôn giáo toàn cầu, vượt lên trên mọi thần linh, giáo điều và thần học. Tôn giáo ấy phải bao quát cả bình diện tự nhiên và siêu nhiên, đặt trên căn bản của ý thức tâm linh tiềm tàng trong vạn vật – tự nhiên lẫy siêu nhiên – như một sự hợp nhất có ý nghĩa. Phật giáo là một tôn giáo như thế, nếu có một tôn giáo nào có thể đáp ứng những nhu cầu của khoa học hiện đại, tôn giáo ấy là Phật giáo"[12].

***

11. Trần Phương Lan (dịch), *Đức Phật Lịch Sử*, Nxb Tp. HCM, 2000.

12. Albert Eisntein: "Bài phát biểu tại Priceton Theologica Semina ngày 19/5/1939" (trích từ cuốn "*Tái sinh ở phương Đông*", Nxb Phương Đông, Cà Mau, 2010, tr. 352.

Câu hỏi hướng dẫn học tập:

1. Đạo Phật là gì?

2. Sự khác nhau giữa đạo Phật và các tôn giáo là gì?

3. Tìm hiểu về giá trị thực tiễn của đạo Phật?

4. Các nhà khoa học đã cảm nhận như thế nào về đạo Phật?

Bài đọc thêm

1. W. Rahula, "Thái độ tinh thần của Phật giáo", Đức Phật đã dạy những gì? Trí Hải dịch, Nxb Tôn Giáo, Hà Nội, 2000.

2. "Phật Học Phổ Thông", "Đạo Phật", quyển I, Thích Thiện Hoa, Thành hội Phật giáo TP. Hồ Chí Minh, Ấn hành 1997.

Tài liệu tham khảo

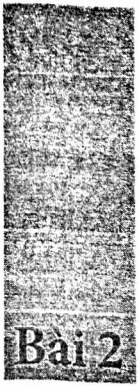
1. *Kinh Trung Bộ*, VNCPHVN, 1992.

2. *Kinh Tăng Chi Bộ*, VNCPHVN, 1996.

3. Thích Thiện Hoa, *Phật Học Phổ Thông*, Nxb Tôn Giáo, Hà Nội, 2008.

4. Trần Phương Lan (dịch) *Đức Phật Lịch Sử*, Nxb TP HCM, 1997.

5. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Đức Phật Đã Dạy Những Gì*?, Nxb Tôn giáo, 2000.



TAM BẢO

(S: Triratna; H. 三寶)

Sau khi đạt được những quả vị về thiền định[1] dưới sự chỉ dạy của hai vị thầy uy tín nhất thời bấy giờ, trong quá trình tìm đạo[2], đạo sĩ Cù-đàm (P. *Gotama*; H. 瞿曇) lại cùng năm anh em Kiều Trần Như[3] (P. *Kodanna*; H. 憍陳如) trải qua quá trình tu tập khổ hạnh trong suốt sáu năm. Với sự nỗ lực và tinh tấn phi thường, ngài đã được các vị đồng tu tôn xưng là đệ nhất khổ hạnh và đệ nhất độc cư thiền định. Tuy nhiên, những gì chứng đắc được cho đến lúc này vẫn không giải quyết được mục đích giải thoát khổ đau mà Ngài hướng đến. Từ bỏ những pháp tu truyền thống, nương tựa vào chính kinh nghiệm tâm linh và trí tuệ của tự thân, sau 49 ngày thiền định dưới gốc cây Bồ-đề (P. *Bodhi*; H. 菩提), cuối cùng đạo sĩ Cù-đàm thấu triệt lý Duyên khởi, thấy rõ ngọn nguồn của khổ đau, chứng đắc Vô thượng chánh đẳng chánh

---

1. Vô sở hữu xứ định, Phi tưởng phi phi tưởng xứ định.

2. Đạo sĩ Alara Kalama và Uddka.

3. Kiều Trần Như (*Kodanna*), Bà-phả (*Vappa*), Bà-đề (*Bhaddhya*), Ma-ha-nam (*Mhānāma*) và Thuyết Thị (*Assaji*).

giác và được tôn xưng là Phật, hiệu Thích-ca-mâu-ni (P. *Sakyamuni*; H. 釋迦牟尼) với đầy đủ mười đức tánh[4].

Sau bảy tuần thiền định để quan sát căn tánh chúng sanh và với sự thỉnh cầu của Phạm Thiên Sahampati[5], Đức Phật quyết định lên đường hoằng pháp độ sanh. Bài pháp đầu tiên được Ngài thuyết giảng tại Vườn Nai (P. *Sarnath*; H. 鹿苑) hay Chư tiên đọa xứ (P. *Isipatana*; H. 諸仙墮處) là Chuyển Vận Bánh Xe Pháp (*Dhamma-cakkhapavatana*), và thường được gọi là Tứ Diệu Đế hay Tứ Thánh Đế (P. *Cattari Ariyasaccani*; H. 四妙諦).

Năm anh em Tôn giả Kiều Trần Như, những bạn cùng tu khổ hạnh với Đức Phật, chính là những người đệ tử xuất gia đầu tiên của Ngài sau khi nghe bài pháp vi diệu này. Từ đây, ngôi Tam bảo được hình thành: Đức bổn sư Thích Ca Mâu Ni là Phật bảo, Tứ Diệu Đế là Pháp bảo và năm vị Tỳ-kheo là Tăng bảo.

I. ĐỊNH NGHĨA:

Tam bảo (S: *Triratna*; H. 三寶), gồm Phật bảo, Pháp bảo và Tăng bảo, là thuật ngữ Phật học dùng để gọi chung cho ba ngôi báu ở thế gian. Ba đặc tánh này luôn có mặt trong nhau, tương tức tương nhập bởi các thuộc tính: Giác, chánh, tịnh và có công năng dẫn dắt chúng sanh đạt tới giác, chánh, tịnh.

---

4. Như Lai, Ứng cúng, Chánh biến tri, Minh hạnh túc, Thiện thệ, Thế gian giải, Vô thượng sĩ, Điều ngự trượng phu, Thiên nhơn sư, Phật, Thế tôn.

5. ĐTKVN, *KT.B*: "*Bạch Thế Tôn, hãy thuyết pháp! Bạch Thiện Thệ, hãy thuyết pháp! Có những chúng sanh ít nhiễm bụi trần sẽ bị nguy hại, nếu không được nghe Chánh pháp! (Nếu được nghe) những vị này có thể thâm hiểu Chánh pháp*".

1. Phật (P. *Buddha*; H. 佛), dịch âm là Phật-đà, là bậc đại trí, đại bi, bậc giác ngộ trên cả ba phương diện: tự giác, giác tha và giác hạnh viên mãn. Theo định nghĩa của *kinh Trung Bộ*, "Phật là bậc Thế Tôn, A-la-hán, Chánh Đẳng Giác, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Điều Ngự Trượng Phu, Vô Thượng Sĩ, Thiên Nhơn Sư, Phật, Thế Tôn"[6].

2. Pháp (P. *Dhamma*; H. 法), dịch âm là Đạt-ma, là từ dùng để chỉ cho lời dạy mà Đức Phật Thích-ca tuyên thuyết trong suốt 45 năm[7] truyền giáo của Ngài, bao gồm ba tạng: Kinh, Luật và Luận. Tính chất đặc biệt của pháp là "Pháp được Thế Tôn khéo thuyết giảng, thiết thực hiện tại, không có thời gian, đến để mà thấy, có khả năng hướng thượng, được người có trí chứng hiểu"[8].

3. Tăng (P. *Sangha*; H. 僧), dịch âm là Tăng-già, tên gọi khác là hòa hợp chúng. Đây là khái niệm dùng để chỉ chung cho đoàn thể của những người xuất gia tu học theo giáo pháp của Đức Phật, gồm ít nhất 4 vị Tỳ-kheo (hay Tỳ-kheo ni) trở lên. Theo lời dạy của Đức Phật, đặc tính của Tăng-già Phật giáo là "Diệu hạnh là chúng tăng, đệ tử Thế Tôn; trực hạnh là chúng tăng, đệ tử Thế Tôn; như lý hạnh là chúng tăng, đệ tử Thế Tôn; chánh hạnh là chúng tăng, đệ tử Thế Tôn. Tức là bốn đôi tám vị. Chúng tăng, đệ tử Thế Tôn đáng được cung kính, đáng được cúng dường, đáng được chắp tay, là phước điền vô thượng ở đời"[9].

6. ĐTKVN, *KT.B, tập I*, Kinh số 7: Ví dụ tấm vải, tr. 62.
7. Theo Nam Truyền Phật Giáo.
8. ĐTKVN, *KT.B, tập I*, Kinh số 7: Ví dụ tấm vải, tr. 62.
9. ĐTKVN, *KT.B, tập I*, Kinh số 7: Ví dụ tấm vải, tr. 62.

II. GIẢI THÍCH THUẬT NGỮ:

Ý nghĩa "Có mặt trong nhau, tương tức tương nhập" của Phật, Pháp, Tăng là một ý nghĩa quan trọng của khái niệm Tam bảo; vì trong Phật có Pháp và Tăng; trong Pháp có Tăng và Phật; trong Tăng có Phật và Pháp. Các thiền sư còn gọi sự tương tức tương nhập này bằng thuật ngữ quen thuộc là "tam vị nhất thể"; bởi vì bản chất của Phật là Pháp và Tăng. Nhìn vào một thân chúng ta thấy hai thân khác; đây là giáo lý tương tức giữa Tam bảo, gọi là tam vị nhất thể, tức là ba ngôi cùng một thể tính[10].

Như thế, về mặt hình thức, Tam bảo đồng thời và chính thức được thiết lập từ thời pháp đầu tiên của đức Thế Tôn; ở đó gồm ba yếu tố: người nói pháp (Đức Phật), bài pháp được nói (hình thành nên Pháp bảo), đối tượng nghe pháp (hình thành nên Tăng bảo).

Đức Phật có mười hiệu, mỗi danh hiệu tôn xưng một đặc tính hay một địa vị chứng ngộ khác nhau của Đức Phật:

Như Lai (P. *Tathāgata*; H. 如來): Người đã đến như thế, người đã đến từ cõi Chân như.

Ứng cúng (P. *Arhat*; H. 應供): Người đáng được cúng dường, đáng được tôn kính.

Chánh Biến Tri (P. *Samyak sambuddha*; H: 正遍知): Người hiểu biết đúng tất cả các pháp.

Minh Hạnh Túc (P. *Vidyā caraṇa saṃpanna*; H. 明行足): Người có đầy đủ trí tuệ và đức hạnh.

Thiện Thệ (P. *Sugata*; H. 善逝): Người đã đi, đã khéo

10. Thích Nhất Hạnh, *Trái Tim Của Bụt*, Nxb Tổng Hợp TP.HCM 2000, tr. 406.

vượt qua tất cả một cách tốt đẹp.

Thế Gian Giải (P. *Loka vid*; H. 世間解): Người đã thấu hiểu thế giới.

Vô Thượng Sĩ (P. *Anuttara puruna*; H. 無上士): Đấng tối cao, không ai vượt qua.

Điều Ngự Trượng Phu (P. *Puruna damya sārathi*; H. 調御丈夫): Người đã điều phục được mình và nhân loại.

Thiên Nhân Sư (P. *Deva manuṣyānāṃ śāstṛ*; H. 天人師): Bậc thầy của cõi người và cõi trời.

Phật Thế Tôn (P. *Bhagavān*; H. 佛尊): Bậc giác ngộ được thế gian tôn kính.

Cần lưu ý rằng, tự bản thân mỗi danh hiệu đã bao gồm đặc tánh của các danh hiệu khác; chỉ cần gọi tên một trong mười danh hiệu: Như Lai, Bậc Thiện Thệ, Thế Tôn, Phật, Thiên Nhơn Sư... thì đã thâu nhiếp các danh hiệu khác.

Trung Bộ kinh nêu một định nghĩa về Pháp đầy đủ với 6 nghĩa. Trước hết, Pháp do Thế Tôn khéo thuyết giảng. Thế Tôn luôn dựa trên căn tánh, cơ duyên chúng sanh mà nói. Pháp luôn được giảng dạy trên tinh thần khế lý, khế cơ. Pháp được khai triển, hiện hữu giữa cuộc đời vì khổ đau có mặt. Pháp để thực hành, tu tập và chứng ngộ để thoát khỏi khổ đau. Tất cả chỉ vì một mục đích là đem lại hạnh phúc, an lạc, giải thoát cho những ai học pháp, hành pháp và an trú trong pháp. Đây chính là ý nghĩa của lời dạy "pháp thiết thực hiện tại".

Pháp gồm vô lượng pháp môn nhưng "chỉ có một vị là vị giải thoát"; Pháp do Đức Phật nói nhưng vốn "pháp là mẹ của ba đời chư Phật". Chư Phật ba đời đều thấy như

vậy, đều tu như vậy, đều nói pháp như vậy. Vậy nên, tính chân lý của pháp không hạn cuộc quá khứ, hiện tại, tương lai, không có thời gian, siêu việt thời gian.

Đặc tính của lời Phật dạy là phải ứng dụng và hành trì mới cảm nhận được vị giải thoát của pháp. Đây là ý nghĩa lời Phật dạy: "Như cái muỗng múc thuốc, chẳng bao giờ biết được mùi vị của thuốc"[11] và "pháp của Ta đến để mà thấy", tự mình thực tập và tự mình đạt ngộ. Do vậy, "Pháp là con đường hành trì, con đường diệt khổ, con đường chuyển hóa"[12], không phải để hý luận.

Nhờ tu tập theo lời dạy của Phật mà khổ đau chấm dứt, an lạc, giải thoát hiện hữu. Pháp là con đường diệt khổ hữu hiệu. Chúng sanh dù đầy dẫy sân si, phiền não và tập khí xấu ác nhưng nếu biết nương nhờ pháp thì có thể vượt thoát sanh tử, được vui Niết-bàn... Do vậy, pháp có khả năng hướng thượng, "có tác dụng phát triển về tâm và tuệ"[13]. Và, pháp được người có trí chứng hiểu, tức là "chỉ có trí tuệ dẫn dắt công phu thực hành thì hành giả mới có thể giải thoát khổ"[14].

Theo *Trung Bộ kinh*, Tăng là gồm những ai "thành tựu lòng tin tuyệt đối đối với Phật, thành tựu lòng tin tuyệt đối đối với Pháp, thành tựu lòng tin tuyệt đối đối với Tăng", là đệ tử của Thế Tôn với bốn đôi tám vị[15] với những đặc tính sau:

---

11. Kinh Pháp Cú 65.

12. Thích Nhất Hạnh, *Trái tim của Bụt*, Nxb Tổng Hợp TP. HCM 2013, tr. 406.

13. Thích Chơn Thiện, *Tìm hiểu Trung Bộ kinh*, Nxb Tôn Giáo 2004.

14. Thích Chơn Thiện, *Tìm hiểu Trung Bộ kinh*, Nxb Tôn Giáo 2004.

15. Tu đà hoàn đạo ---> Tu đà hoàn quả (Nhập lưu); Tư đà hàm đạo ---> Tư đà hàm quả (Nhất lai); A na hàm đạo ---> A na hàm quả (Bất lai); A-la-hán đạo ---> A-la-hán quả (Ứng cúng).

Diệu hạnh (P. *Supatipanno*; H. 妙行): Hạnh lành, luôn tăng trưởng các pháp thiện, luôn giữ gìn đầy đủ oai nghi tế hạnh của một người tu sĩ.

Trực hạnh (P. *Ujupatipanno*; H. 直行): Tâm hạnh chất trực, thẳng thắn.

Như lý hạnh (P. *Nyapatipanno*; H. 如理行): Ứng hợp với trí tuệ. Ba nghiệp thân, miệng, ý dù móng khởi, tác ý hay hành động đều như chánh pháp.

Chánh hạnh (P. *Sāmīcipatipanno*; H. 正行): Phạm hạnh thanh tịnh.

Thành tựu bốn hạnh trên là đủ nghĩa của chúng tăng, là đệ tử Thế Tôn. Thành tựu các hạnh lành này là xứng đáng được cung kính, cúng dường, đáng được chắp tay, được ví là ruộng có điều kiện tốt nhất ở đời cho những thiện lành của chúng sanh gieo trồng dễ sinh trưởng và đơm hoa kết trái[16]; thành tựu các đức hạnh trên thì hạt giống Phật bất tuyệt, chánh pháp được hoằng dương, chúng Tăng hưng thịnh...

Vậy nên, Tam bảo luôn tồn tại trong nhau, cùng nhau và cho nhau, không thể tách rời, không thể thiết lập sự hiện hữu riêng lẻ. Nhìn kỹ vào lịch sử Phật giáo, chúng ta thấy, nếu tạm thời đồng ý với sự phân chia của ba thời: chánh pháp, tượng pháp, và mạt pháp thì vai trò quan trọng của Phật, pháp, tăng được lần lượt thay thế để xiển dương chánh pháp giữa thế gian.

16. Không phải chỉ nhờ hiệu lực của tặng vật mà việc bố thí cúng dường đặc biệt phát sinh kết quả lớn, song đúng hơn, do hiệu lực của tín tâm và phước điền của những người nhận được vật cúng dường" Thiên cung sự, KTB, tập II.

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

Thế nào là quy y Tam bảo?

Theo Từ điển Phật học của Đoàn Trung Còn, Quy y Tam bảo là nương mình theo ba ngôi báu, gồm Phật, Pháp, Tăng. Về sự, quy y Tam bảo có nghĩa là nương tựa vào Đức Phật, vào giáo pháp và vào tăng chúng. Về lý, quy y tam bảo nghĩa là nương theo tánh giác ngộ của mình, nương theo sự chân chánh, không theo tà kiến; nương theo đức tánh thanh tịnh, không nhiễm trược, không chấp nệ. Như vậy, Phật tức là Giác, Pháp tức là Chánh, Tăng tức là Tịnh[17].

Ba hình thức khác nhau của Tam bảo:

Đồng thể Tam bảo: Đồng thể Phật bảo (tất cả chúng sanh cùng chư Phật đồng thể tánh: Giác); Đồng thể Pháp bảo (chúng sanh cùng chư Phật đồng một pháp tánh bình đẳng: Chơn chánh...); Đồng thể Tăng bảo (chúng sanh cùng chư Phật đồng một thể tánh thanh tịnh, hòa hợp).

Xuất thế gian Tam bảo: Xuất thế gian Phật bảo (chỉ cho ba đời chư Phật: Quá khứ, hiện tại, vị lai)[18]; Xuất thế gian Pháp bảo (chỉ cho chánh pháp của Phật như Tứ đế, Duyên khởi...); Xuất thế gian Tăng bảo (chỉ cho các vị tăng đã ra khỏi sự ràng buộc của thế gian), như tôn giả Xá-lợi-phất, A-nan...

---

17. Đoàn Trung Còn, *Phật học tự điển*, Nxb Tôn Giáo 2001, trang 775.

18. Gồm chư Phật quá khứ: Phật Tỳ Bà Thi (hay Phật Bỳ Lý Thi, *Vipasyin*), Phật Thi Khí (*Sikhin*), Phật Tỳ Xá Phù (hay Phật Tỳ Xá Bà, *Visvabhu*), Phật Câu Lưu Tôn (hay Phật Câu Lâu Tôn, *Krakucchanda*), Phật Câu Na Hàm Mâu Ni (*Kanakamuni*), Phật Ca Diếp (*Kasyapa*).

Phật hiện tại: Đức Phật Thích Ca Mâu Ni và Phật tương lai: Đức Phật Di Lặc.

Thế gian trụ trì Tam bảo: Thế gian trụ trì Phật bảo (xá lợi Phật, hình tượng Phật nói chung); Thế gian trụ trì Pháp bảo (tam tạng kinh điển được khắc, đắp, in); Thế gian trụ trì Tăng bảo (hàng xuất gia đệ tử Phật gồm chúng Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ni).

Tam bảo có những sự tướng khác nhau như thế nên quy y Tam bảo cũng có nghĩa là tôn kính, thực hành đủ sự lý tương ưng đó. Quy y đồng thể Tam bảo thì phải tôn trọng tự tánh Phật, pháp, tăng nơi chính mình; nghĩa là trau dồi Phật tánh, hiển lộ Pháp tánh và giữ gìn Tăng tánh thanh tịnh, hòa hợp. Quy y xuất thế gian Tam bảo có nghĩa là đối với ba đời chư Phật, giáo pháp do các ngài đã tuyên thuyết và chư vị Bồ-tát, thánh tăng; chúng ta phải một lòng tôn kính, khát ngưỡng. Quy y thế gian trụ trì Tam bảo có nghĩa là chúng ta phải tôn kính, phụng thờ tranh tượng Phật, kinh sách và hộ trì chư Tăng Ni.

Quy y Tam bảo đúng nghĩa phải gồm đủ: Tam bảo của tự tánh mỗi người, Tam bảo được thiết lập lâu xa trong quá khứ (xuất thế gian Tam bảo) và Tam bảo hiện có trên thế gian (Thế gian trụ trì Tam bảo). Hiểu đầy đủ như thế thì chỗ quay về nương tựa mới thực sự là chỗ nương tựa hướng thượng, chơn chánh và thiết thực với căn tánh mỗi người.

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Cuộc sống con người luôn chứa đựng nhiều đau khổ, bất an. Bao lâu con người còn trôi lăn trong ba cõi thì chừng đó con người còn hụp lặn trong đau khổ, bất an. Tam bảo là chốn nương tựa và là con đường hướng thượng vững chắc thì như hành trình đã có định hướng, có đích đến sẵn rồi.

Chốn nương tựa gồm bên trong (tự lực) và bên ngoài (trợ lực, tha lực). Sự, lý phải gồm đủ. Tam bảo ở bên ngoài ta, là đối tượng tu tập của ta nhưng quan trọng là Tam bảo ở trong tâm. Tự quy y Tam bảo chính là quay về nương tựa vào tự tánh giác, chánh, tịnh của tự tánh Tam bảo trong tâm. Do vậy, phải xác định cho được đâu là Tam bảo, đâu là trá danh Tam bảo để không oan uổng cho sự gửi gắm, nương tựa trọn vẹn của một kiếp làm người. Vì vậy tổ đức dạy rằng: "Tăng đoàn từ bốn người trở lên gọi là Sangha, nhưng Tăng đoàn đôi khi chỉ mới là hình thức: có đắp y, có ngồi thiền, có đi thiền hành, có ăn cơm im lặng, có tụng giới. Đôi khi hình thức nặng, và nội dung còn nghèo nàn. Nếu ta tiếp xúc với Tăng đoàn mà thấy Pháp và Bụt rất ít, đó là vì Tăng thân còn nhẹ về nội dung. Khi Tăng đoàn thực sự hộ trì sáu căn, thực tập chánh niệm, trở thành chân Tăng thì Tăng đoàn sẽ biểu dương được Bụt và Pháp. (....) Chân Phật luôn có Pháp và Tăng làm bản chất; chân Pháp luôn có Bụt và Tăng làm bản chất; chân Tăng luôn có Bụt và Pháp làm bản chất. Chúng ta tu tập thế nào để cho ba viên ngọc quý đó càng ngày càng sáng tỏ trong tự tâm của chính chúng ta"[19].

Vì vậy, Tam bảo không chỉ để tôn thờ, lễ lạy mà phải thực hành, ứng dụng vào cuộc sống. Thờ Phật là để tiếp xúc với chính tánh giác trong mỗi chúng ta; mỗi niệm nhớ nghĩ tới Phật phải là một niệm tỉnh giác, tôn thờ tánh giác, nuôi dưỡng tính giác trong tâm và có tâm nguyện đem ánh sáng của giác ngộ đến với người hữu duyên xung quanh

19. Thích Nhất Hạnh, *Trái tim của Bụt*, Nxb Tổng Hợp TP.HCM 2013, tr. 407.

chứ không phải để Phật trở thành đấng thần linh đem lại lợi lộc cho mình thừa hưởng.

Nương tựa pháp là phải luôn hướng đến tính chất cao thượng của pháp, phải cảm nhận được những giá trị tốt đẹp mà pháp đem lại cho mình, cho người. Bất cứ pháp nào không phải là phương tiện giải thoát, không đưa đến giải thoát, đó là tà pháp.

Bản chất của Tăng là thanh tịnh và hòa hợp. Một tăng sĩ xứng đáng trong hàng ngũ "Tam bảo" là người luôn nỗ lực để thanh tịnh thân tâm, thực hành nghiêm túc nội quy tự viện đặt ra với thời khóa đầy đủ, giữ đúng giới luật đã thọ. Với trách nhiệm là "thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh", chư tăng phải luôn tinh tấn không ngừng trong việc truyền bá chánh pháp để lợi lạc quần sanh.

Chư Tăng và Phật tử, chúng đệ tử tại gia và chúng đệ tử xuất gia của Thế Tôn, có mối quan hệ khắng khít với nhau trên cơ sở cùng quy y Tam bảo; nghĩa là, cùng vun bồi và chỉ vui bồi cho giác, chánh, tịnh. Tất cả đều vì sự trường tồn và hưng thịnh của Tam bảo: Phật tử hộ trì chư Tăng Ni vì đó là những bậc "mô phạm", bậc "đống lương" của Phật và Pháp. Ngược lại, chư Tăng Ni phải luôn ý thức xây dựng Tăng chúng từ bản thân mình để xứng đáng là nơi quy ngưỡng của chúng sanh nói chung và Phật tử nói riêng. Hộ trì Tam bảo chính là gìn giữ, phát huy vai trò của Tam bảo giữa thế gian, như lời tổ đức đã dạy "Phật pháp hưng long do chư Tăng hoằng hóa. Già lam hưng thạnh nhờ đàn việt phát tâm".

Cần lưu ý rằng Tam bảo tồn tại giữa thế gian là một diễm phúc lớn cho chúng sanh. Tam Bảo luôn cùng nhau

có mặt nhưng ở mỗi thời kỳ khác nhau, tuy nhiên vai trò chủ đạo, tầm quan trọng của một trong Tăng bảo mạng mạch Phật pháp là vô cùng quan trọng; vì Tăng hay Tăng đoàn hiện hữu là Tam bảo hiện hữu, đại diện Tam bảo để duy trì và tuyên dương chánh pháp. Nghĩa là, Phật bảo và Pháp bảo thể hiện nơi sự hòa hợp và thanh tịnh của Tăng, hay Tăng đoàn. Vậy nên, hơn bao giờ hết, khi Tam bảo hiện hữu trong hình thức Thế gian trụ trì Tam bảo thì Tăng bảo hiển nhiên mang trọng trách là "đống lương Phật pháp". Nghĩa là, yếu tính giác ngộ của Phật bảo và yếu tính chơn chánh, hướng thượng của Pháp bảo đang cần đến sự hộ trì của hòa hợp, thanh tịnh từ hàng Tăng bảo để có thể tỏa sáng trên thế gian:

"*Hạnh phúc thay Đức Phật ra đời*
Hạnh phúc thay giáo pháp cao minh
Hạnh phúc thay Tăng già hòa hợp
Hạnh phúc thay tứ chúng đồng tu".

***

Câu hỏi hướng dẫn học tập:

1. Tam bảo là gì?

2. Nêu các hình thức khác nhau của Tam bảo?

3. Vì sao nói Tăng chúng là "phước điền vô thượng ở đời"?

4. Phật, Pháp và Tăng có mối quan hệ tương tức, dung nhiếp lẫn nhau, có mặt trong nhau, hãy chứng minh.

5. Vai trò của Tăng trong sự hưng thịnh và trường tồn của Tam bảo?

Bài đọc thêm

1. Thích Nhất Hạnh, Trái Tim của Bụt, Nxb Tổng Hợp TP.HCM 2013, bài thứ 24, tr. 401.

2. Thích Quang Nhuận (chủ biên), *Phật Học Khái Lược*, Nxb Tôn Giáo 2005, bài Quy y Tam bảo, tr.45.

Tài liệu tham khảo

1. *Phật Học Cơ Bản*, tập 1, 2, Ban Hoằng pháp Trung ương, Nxb Tôn giáo, 2003.

2. *Kinh Trung Bộ I, II*, Viện Nghiên Cứu Phật Học Việt Nam, Nxb Tôn Giáo, 2012.

3. Thích Nhất Hạnh, *Trái Tim của Bụt*, Nxb Tổng Hợp TP.HCM, 2013.

4. Thích Quang Nhuận (chủ biên), *Phật Học Khái Lược*, Nxb Tôn Giáo, 2005.

5. Thích Chơn Thiện, *Phật Học Khái Luận*, Nxb Tổng hợp TP. HCM, 1999.

Bài 3

TỨ NHIẾP PHÁP

Lời dạy "Thượng cầu Phật đạo, hạ hóa chúng sanh" là bản nguyện của những người con Phật, đặc biệt là giới xuất gia, trưởng tử Như Lai. Nói một cách cụ thể hơn, người xuất gia có hai việc cần làm: tự độ và độ tha. Cần lưu ý rằng, đây là hai phạm trù không thể tách rời đối với những ai phát tâm đi trên con đường hướng đến giải thoát, giác ngộ; bởi vì tự lợi là trí tuệ, lợi tha là từ bi. Tuy nhiên, để có thể đạt đến mục đích cao đẹp này hành giả phải luôn biết ứng dụng một cách khéo léo và uyển chuyển lời Phật dạy trong quá trình tu tập và hành đạo của tự thân. Rõ ràng, yếu tố lợi tha giữ vai trò quan trọng trong đời sống tu tập của hành giả Phật giáo; nó vừa là phương tiện tu tập, vừa góp phần viên mãn quả vị, hoàn thành tự lợi.

Tuy nhiên, để đem lại lợi lạc thật sự cho chúng sanh, sự nghiệp hoằng hóa của hành giả cần phải ứng dụng một cách linh hoạt nhiều giáo lý khác nhau tùy theo căn cơ và trình độ của mọi người. Có thể nói rằng giáo lý có công năng thu nhiếp và cảm hóa mọi người hiệu quả nhất là Tứ nhiếp pháp, vì như lời Đức Phật đã dạy: "Nếu như có pháp nào để nhiếp thủ đại chúng thì tất cả đều ở trong bốn nhiếp

sự. Hoặc một nhiếp thủ là bố thí, hoặc một nhiếp thủ là ái ngữ, hoặc một nhiếp thủ là hành lợi, hoặc một nhiếp thủ là đồng lợi. Ở trong thời quá khứ, những pháp nào đã nhiếp thủ đại chúng trong thời quá khứ cũng không ngoài bốn nhiếp sự. Những pháp nào sẽ nhiếp thủ đại chúng trong thời vị lai cũng không ngoài bốn nhiếp sự"[1].

I. ĐỊNH NGHĨA:

Tứ nhiếp pháp (P. *Catthi samgaha-vatthuni*; H. 四攝法) là bốn cách sống có khả năng tạo ra sự đoàn kết, hòa hợp và lợi ích cho cuộc sống tập thể. Theo Phật Quang Đại Từ Điển, bốn phương pháp này được các vị Bồ-tát sử dụng để thu nhiếp chúng sanh khiến họ sinh khởi tâm thân ái mà dắt dẫn họ vào Phật đạo để đạt đến giác ngộ.

Phạn ngữ (*Sanskrit*) là Catvari samgraha-vastuni, người Trung Hoa dịch là Tứ nhiếp pháp, Tứ nhiếp sự, Tứ tập vật; gọi tắt là Tứ nhiếp, Tứ sự hay Tứ pháp[2]. Nhiếp (攝) có nghĩa là nhiếp phục, cảm hóa, nhiếp hóa; pháp (法) là biện pháp, phương pháp, cách thức. Tứ nhiếp pháp là bốn cách thức cảm hóa, bốn phương pháp nhiếp phục, bốn biện pháp nhiếp hóa chúng sanh quay về với Phật pháp, bao gồm bố thí nhiếp, ái ngữ nhiếp, lợi hành nhiếp và đồng sự nhiếp.

II. GIẢI THÍCH THUẬT NGỮ:

Bố thí nhiếp (S. *Dana-samgraha*; H. 布施攝) với ý nghĩa là nhiếp hóa, cảm hóa người khác bằng phương thức bố thí: bố thì tài vật, bố thí pháp, bố thí sự không sợ hãi. Vì vậy, nó cũng được gọi là bố thí nhiếp sự hay bố thí tùy

1. ĐTKVN, *KTAH*, Kinh số 637, *quyển 26*.
2. Thích Quảng Độ, *PQĐTĐ*, quyển 6.

nhiếp phương tiện, tức dùng tâm vô trước để truyền đạt chân lý (pháp thí) và thí xả tài vật (vật thí)[3].

Ái ngữ nhiếp (S. *Priya-vadita-samgraha*; H. 愛語攝) cũng gọi là năng nhiếp phương tiện ái ngữ nhiếp sự với ý nghĩa là nhiếp hóa, cảm hóa người khác bằng ái ngữ. Đó chính là sử dụng lời nói hòa ái, dễ nghe; lời nói khôn khéo, thành thực; là lời nói của sự hiểu biết và cảm thông...

Lợi hành nhiếp (S. *Artha-carya-samgraha*; H. 利行攝) cũng gọi là lợi ích nhiếp, tức là thân làm việc lành, miệng nói lời lành, ý nghĩ điều lành. Lợi hành là những hành động, việc làm (của mình) có ích cho người khác hoặc đem lại lợi lạc cho người khác. Nhiếp hóa, cảm hóa người bằng hành động có lợi lạc một cách chính đáng cho người gọi là Lợi hành nhiếp.

Đồng sự nhiếp (S. *Samanarthata-samgraha*; H. 同事攝), cũng gọi là đồng sự tùy phương tiện với ý nghĩa là gần gũi chúng sanh để chia xẻ vui buồn của họ. Cụ thể hơn, đồng là cùng chung, giống...; đồng sự nhiếp là cùng chung công việc, cùng chung môi trường sống, sinh hoạt, làm việc với mọi người, như mọi người để cảm hóa, nhiếp phục họ.

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

Theo *kinh Tăng Chi*[4], Tứ nhiếp như là bốn phương pháp nhiếp hóa, thu phục người khác của người làm công tác lãnh đạo; cụ thể, gia chủ Hatthaka nhờ khéo léo vận dụng tứ nhiếp pháp mà thành công trong việc lãnh đạo

3. Thích Quảng Độ, *PQĐTĐ*, quyển 6
4. ĐTKVN, *KTCB, tập IV*, Phẩm Gia Chủ Hatthaka.

chúng cư sĩ 500 người. Cần lưu ý rằng các *kinh Tăng Nhất A-hàm, kinh Tạp A-hàm* đều có đề cập đến tứ nhiếp pháp, vì đây là bốn phương cách phổ biến được áp dụng trong công tác hoằng pháp lợi sanh. Mục đích của chúng là đem lại lợi ích, an lạc cho người khác, từ vật chất đến tinh thần; nghĩa là cho người những gì chính đáng mà người muốn, để dẫn dụ người nghe theo, đi theo ý hướng mà mình cho là tốt đẹp cho họ.

Mặc dầu cách giải thích về từng phương pháp nhiếp hóa trong các kinh, luận cũng có một vài khác biệt; nhưng về căn bản, những cái khác đó bổ sung những ý nghĩa khác nhau cho nội hàm khái niệm Tứ nhiếp pháp. Dưới đây là một vài dẫn chứng:

Trong *kinh Tạp A-hàm*[5], Đức Phật dạy các Tỳ-kheo:"Bố thí tối thắng, đó là pháp thí. Ái ngữ tối thắng, là khiến thiện nam tử thích nghe, nói pháp đúng lúc. Hành lợi tối thắng là đối với người không có tín khiến có tín, xác lập trên tín; đối với người học giới thì xác lập bằng tịnh giới; đối với người bỏn xẻn thì bằng bố thí; đối với người ác trí huệ thì bằng chánh trí mà xác lập. Đồng lợi tối thắng, là nếu A-la-hán thì trao cho người quả A-la-hán. A-na-hàm thì trao cho người quả A-na-hàm. Tư-đà-hàm thì trao cho người quả Tư-đà-hàm. Tu-đà-hoàn thì trao cho người quả Tu-đà-hoàn. Người tịnh giới thì trao người bằng tịnh giới".

Kinh Đại Tập ghi "...Đối với Bồ-tát Tứ nhiếp cũng không thể tận. Sao gọi là Bốn? Một là Bố thí, hai là Ái ngữ, ba là Lợi hành, bốn là Đồng sự.

5. ĐTKVN, *KTAH*, quyển 26, Kinh số 636.

- Sao gọi là Bố thí? Thí có hai loại: Tài thí và Pháp thí.

- Sao gọi là Ái ngữ? Đối với người cầu tài và người nghe pháp phải dùng lời nói nhu hòa.

- Sao gọi là Lợi hành? Là đối với người cầu tài và nghe pháp phải tùy theo những gì họ cầu mà đáp ứng đầy đủ.

- Sao gọi là Đồng lợi? Là đối với người cầu tài và pháp phải dùng pháp Đại thừa tự lợi khiến an chỉ họ".

Luận Đại Trí Độ cũng dạy rằng "...Ta dùng mắt Phật xem thấy các Bồ-tát trong mười phương nhiều như cát sông Hằng lấy bốn việc nhiếp thủ chúng sanh. Bốn việc là: Bố thí, ái ngữ, lợi hành, đồng sự (...) có hai cách bố thí nhiếp thủ chúng sanh là tài thí và pháp thí. (...) Pháp thí có hai là pháp thí thế gian và xuất thế gian. (...) Làm sao Bồ-tát dùng ái ngữ nhiếp thủ chúng sanh? Bồ-tát lấy Ba-la-mật vì chúng sanh thuyết pháp, nói rằng: các ngươi tu sáu Ba-la-mật, thu nhiếp được hết thảy thiện pháp. Làm sao Bồ-tát lấy lợi hành nhiếp thủ chúng sanh? Đó là Bồ-tát thường dạy chúng sanh khiến tu sáu Ba-la-mật. Làm sao Bồ-tát lấy đồng sự nhiếp thủ chúng sanh? Đó là Bồ-tát dùng sức năm thần thông, các cách biến hóa đi vào trong năm đường cùng sự việc với chúng sanh".

Tên các nhiếp trong bốn nhiếp ở các kinh, luận không có gì để nói thêm, nhưng cách giải thích nội dung của các đề mục trong đó có những điều cần lưu ý:

- Bố thí trong bố thí nhiếp: Luôn chỉ mang hai nghĩa là tài thí và pháp thí (không có tách biệt thêm ý nghĩa vô úy thí như thường gặp ở các sách Phật học khác).

- Ái ngữ trong ái ngữ nhiếp: Là lời nói pháp nhu hòa, đúng lúc khiến người khác thích nghe pháp, hành pháp,

Với Luận Đại Trí Độ, ái ngữ là lời dạy về pháp tu lục độ Ba-la-mật bằng tinh thần Ba-la-mật của Bồ-tát.

- Lợi hành trong Lợi hành nhiếp có nhiều cách: 1. Tùy trường hợp, xét thấy chúng sanh mắc phải tà pháp nào thì dạy cho họ chánh pháp đối trị tương ưng để cho họ được lợi lạc. 2. Chúng sanh mong cầu cái gì, từ tài vật đến giáo pháp đều đáp ứng. 3. Luận Đại Trí Độ là dạy cho chúng sanh tu sáu Ba-la-mật.

- Đồng sự trong đồng sự nhiếp, còn gọi là đồng lợi, nghĩa là mình được lợi lạc từ quả vị nào thì cũng khiến cho chúng sanh cũng đạt đến quả vị đó. Theo Luận Đại Trí Độ, "dùng sức năm thần thông, các cách biến hóa đi vào trong năm đường cùng sự việc với chúng sanh".

Hầu như cách cắt nghĩa của các sách Phật học tuy cùng một ý nghĩa nhưng được hiểu ở một tầng bậc khác, thấp hơn, dễ thi hành hơn. Ví dụ, phẩm Gia chủ Hatthaka trong *kinh Tăng Chi* Bộ giải thích khái niệm Tứ nhiếp rằng:

"Đối với những ai cần sự giúp đỡ về vật chất, kiến thức, an ủi, kinh nghiệm sống, kinh nghiệm tu học thì Hatthaka áp dụng nguyên tắc "Bố thí" (...). Đối với những ai tâm lý thích "Ái ngữ", thích nghe những lời nói dịu dàng , hòa ái dễ nghe, thành thực, khôn khéo thì Hatthaka dùng "Ái ngữ" (...). Đối với những ai cần "Lợi hành", cần khích lệ, cần giúp đỡ trong công việc thì Hatthaka đáp ứng họ (...). Với những tâm lý nào cần phải cùng làm việc, cùng ăn, cùng ở, v.v... cần có thời gian gần gũi, thì Hatthaka áp dụng nguyên tắc "Đồng sự"[6].

6. Thích Chơn Thiện, *Phật Học Khái Luận*, Nxb Tổng Hợp, Tp.

Tài liệu tu học Ngành thiếu[7], bậc sơ thiện của Gia đình Phật tử giải thích Bố thí nhiếp gồm: tài thí, pháp thí, vô úy thí (...). Ái ngữ là đối xử với người bằng sự mềm dẻo xuất phát từ một thiện ý thành thực cảm hóa. Dùng lời nói dịu dàng, hòa ái, khiêm tốn, khiến người nghe sanh tâm hoan hỷ cảm mến (...). Lợi hành là hành vi giúp người đạt được mục đích tốt đẹp mà họ mong muốn, là làm việc vì mục đích cao cả có lợi cho người, không so tính thiệt hơn, nếu không muốn nói hy sinh quyền lợi cá nhân vì lợi ích cho người khác (...). Đồng sự là phục vụ công việc lợi ích chung hay những phận sự xã hội mà mình phải gánh vác. Đồng sự còn có nghĩa là cùng hội cùng thuyền với người nhưng với mục đích cảm hóa họ.

Nhìn chung, khái niệm Tứ nhiếp pháp có nội dung giáo dục kỹ năng sống, kỹ năng hoằng pháp; biểu hiện sự gần gũi, chia sẻ với mọi người bằng nhiều phương cách. Lối sống này đhem tới cho người ta những gì mà họ mong muốn, đáp ứng những nhu cầu để cảm hóa người ta đến gần mình, cảm mến mình, cuối cùng thừa nhận sự dẫn dắt của mình...

Có thể nói rằng bốn phương pháp nhiếp hóa chính là "bốn cách để đắc nhân tâm"; bởi vì đắc nhân tâm và tứ nhiếp pháp đều là những cách cư xử, ứng xử, giao tiếp, hành động làm đẹp lòng người, thu phục lòng người. Với sự nghiệp hoằng dương Phật pháp, bốn pháp nhiếp hóa chính là kỹ năng hoằng pháp hay tinh thần phương tiện thiện xảo để chuyển hóa nhân tâm và đưa họ vào chính đạo.

HCM, 1999.

7. Tài liệu giảng dạy của Gia đình Phật tử.

Sự nghiệp của người Phật tử, đặc biệt là tu sĩ, gồm hai phương diện: tự lợi và lợi tha. Đem gì đến cho người, dù là cho của cải vật chất, giáo pháp (Bố thí nhiếp) hay lời nói nhu hòa dễ nghe (Ái ngữ nhiếp), làm việc lợi cho người (Lợi hành nhiếp) hay cùng người hòa nhập trong mọi sinh hoạt (Đồng sự nhiếp)... là hướng đến mục đích chung để người có thiện cảm, từ đó người đến gần mình mới dễ nói cho người nghe và người theo. Tuy nhiên, muốn nói cho người nghe thì phải nghe người nói; nghĩa là phải có sự lắng nghe, thấu hiểu lẫn nhau. Chừng nào đối tượng nhiếp hóa đặt niềm tin vào người nhiếp hóa thì lúc đó sự nhiếp hóa mới thật sự đưa đến thành tựu.

Phục vụ chúng sanh, phụng sự chúng sanh là cúng dường chư Phật. Điều đó có nghĩa rằng: bi tâm của chư Phật luôn hướng về chúng sanh, dõi theo chúng sanh không hề tạm bỏ. Kế tục tâm nguyện chư Phật, chư tổ, hành giả tu đạo Bồ-tát phát nguyện độ tận chúng sanh bằng đủ phương cách như Tứ nhiếp trước hết vì đại bi tâm, không phải trước hết vì để thành tựu tự lợi. Tuy nhiên, vì lợi tha thành tựu tự lợi nên Tứ nhiếp pháp thường bị nhìn nhận đơn thuần như là những phương pháp đắc nhân tâm. Nghĩa là làm hài lòng người khác, phục vụ, phụng sự người khác để đứng trên mọi người: được danh, được lợi. Ngược lại, nhiếp phục mọi người, dẫn dắt mọi người để đưa người về trên con đường sáng, con đường an vui, chia sẻ với người hạnh phúc đầy đủ về vật chất, tình thân và niềm vui đồng lợi.

Tóm lại, Tứ nhiếp pháp là những pháp môn hay kỹ năng thiện xảo để truyền bá Phật pháp vì lợi ích, an lạc và hạnh phúc cho chúng sanh. Nhưng muốn có được kết quả tốt đẹp trong công tác lợi sanh, trước hết, hành giả phải tự hoàn thiện nhân cách và tâm bồ đề của tự thân; bởi vì khi có tâm bồ đề dẫn dắt, dù sử dụng kỹ xảo, kỹ năng nào cũng là việc

tốt lành, chơn chánh và thiện xảo. Còn ngược lại, như *kinh Hoa Nghiêm* nói: "Quên mất tâm bồ đề thì làm việc tốt lành nào cũng đều là hành động của ma"[8] vậy.

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Trước hết, pháp Tứ nhiếp giúp hành giả thành tựu công hạnh tự lợi, lợi tha để dần dần tiến vào Phật địa. *Kinh Hoa Nghiêm* giới thiệu Bồ-tát hành Tứ nhiếp pháp trải qua 44 quả vị trước khi đi vào Thập địa, cụ thể là:

Thập tín: Hành giả hành Giới, Định, Tuệ kết hợp với công hạnh hành Bố thí nhiếp.

Thập Hạnh: Hành giả hành Giới, Định, Tuệ kết hợp với công hạnh hành Ái ngữ nhiếp.

Thập Trụ: Hành giả hành Giới, Định, Tuệ kết hợp với công hạnh hành Lợi hành nhiếp.

Thập Hồi Hướng: Hành giả tiếp tục công phu Giới, Định, Tuệ kết hợp với công hạnh hành Đồng sự nhiếp.

Như vậy, Giới, Định, Tuệ kết hợp với công hạnh của Tứ nhiếp pháp là những pháp tu, pháp hành rất rõ ràng, rất thực tiễn. Đã là người xuất gia, ai cũng đều mang trong mình hạnh nguyện lợi tha, sửa đổi bản thân, hoàn thiện nhân cách là yêu cầu đầu tiên đối với hành giả phát nguyện hành hạnh lợi tha đó.

Muốn nhiếp hóa người bằng phương pháp bố thí, nghĩa là đem cho người thứ vật chất người cần như cơm ăn áo mặc, túp lều che nắng mưa hay chi phí thuốc men điều trị

8. 亡失菩提心，修諸善法，是名摩業:Vong thất bồ-đề tâm, tu chư thiện pháp, thị danh ma nghiệp.

bệnh cho đến phương pháp ứng dụng, điều trị cái khổ của tâm, đem lại sự an lạc giải thoát cho tâm v.v... thì bản thân hành giả phải biết cân đối chi dùng, biết ưu tiên các khoản chi dùng. Tính xan tham, keo lẫn sẽ dần được đối trị, được thay thế bằng tinh thần xả bỏ, biết đủ, biết chia sẻ... Người tu hạnh Bố thí không phạm vào tội lấy của không cho, không nhận của phi pháp.

Khi muốn nhiếp hóa người bằng phương pháp ái ngữ, hành giả cần phải dùng lời nói hòa ái, dễ nghe thay cho lời nói thô ác hại người; qua đó, khẩu nghiệp của hành giả được cải thiện, giữ gìn.

Muốn nhiếp hóa người bằng phương pháp lợi hành, người nhiếp hóa cần phải mở rộng lòng để vì người và nghĩ cho người. Lúc nào cũng mang tâm niệm làm việc nghĩa lợi, nhiêu ích an vui vì người, cho người. Nghiệp của ý và nghiệp của thân nhờ vậy mà thăng tiến.

Muốn nhiếp hóa người bằng phương pháp Đồng sự, yêu cầu đối với người nhiếp hóa là phải tỏ ra mẫu mực từ nhiều mặt. Đối với công việc thì giỏi, tốt chuyên môn, siêng năng tận tụy; tinh thần tập thể luôn được đề cao, ý thức...

Tóm lại, mỗi phương pháp nhiếp hóa tuy chú trọng đến đối tượng được nhiếp hóa là chủ yếu nhưng trước hết vẫn bắt đầu từ bản thân người nhiếp hóa. Tự làm đẹp bản thân mình rồi chính cái đẹp đó cảm hóa, nhiếp phục người khác.

Nếu biết áp dụng bốn phương pháp nhiếp hóa vào đời sống cá nhân, người Phật tử tại gia cũng có thể thành tựu được những thành quả tương tự. Trước hết, tự bản thân được trau dồi, tập luyện từ ý nghĩ, lời nói đến việc làm.

Nghĩa là ba nghiệp thân, miệng, ý trong tương tác với môi trường xung quanh, mọi người xung quanh là luôn hướng tới sự tạo tác thiện nghiệp. Cùng sống đời sống thế tục nhưng nếu ai biết đem bốn phương pháp này áp dụng vào trong cuộc sống của tự thân để làm lợi mình, lợi người thì được mọi người yêu mến, nể vì; đặc biệt, nếu là người làm công tác lãnh đạo thì sẽ có được sự tuân thủ, trung thành và ủng hộ của cấp dưới nên dễ thành tựu trong mọi công việc. Đơn cử với Ái ngữ nhiếp,"Nói đúng thời, nói đúng sự thật, nói lời nhu hòa, nói lời liên hệ đến lợi ích, nói lời với từ tâm"[9]. Cuộc sống vốn nhiều vất vả gian lao, người Phật tử tại gia thường phải lo lắng với chuyện mưu sinh nên rất dễ dàng nổi tham sân si vì những nguyên nhân khác nhau. Thấu hiểu được như thế, khi gặp ai nổi giận dù có nguyên do hay vô cớ thì người ta vẫn có thể dùng lời nói nhu hòa để đáp lại. Đấu tranh khởi sinh vì xung đột, khiêu khích của lời nói, hậu quả của lời nói trái với ái ngữ có thể gây ra vô số tình huống nguy hiểm không thể lường. Trái lại, ái ngữ liên hệ trực tiếp với chánh ngữ và chánh nghiệp; ái ngữ là nói lời có từ tâm nên có khả năng tạo ra sự hiểu biết, cảm thông, dễ dàng đem đến lợi lạc cho mình và cho người.

Thực hành bốn phương pháp nhiếp hóa, người Phật tử tại gia sẽ biết chia sẻ với mọi thành viên trong gia đình, xóm làng, xã hội; cho đến người nghèo khổ quanh mình những gì mình có. Một gia đình có cha mẹ, vợ con, anh em biết dùng lời dễ nghe để nói cho nhau nghe, mỗi người bớt đi một chút cá biệt bản ngã của mình, nhường nhịn nhau,

9. ĐTKVN, *KTCB, tập II*, chương 5, phẩm Bà-la-môn, phần Lời nói, VNCPHVN ấn hành, 1996, tr.701

giúp đỡ lẫn trong từng vấn đề gặp phải của cuộc sống thì người Phật tử đó đã tạo dựng được một cuộc sống gia đình an lành, hạnh phúc. Tuy sinh ra trong cùng một gia đình nhưng bản tính mỗi người mỗi khác, vì vậy nếu mọi người biết ứng dụng bốn phương pháp nhiếp hóa vào trong sinh hoạt hằng ngày sẽ là cách để gắn kết, cảm hóa, thay đổi tính cách các thành viên trong gia đình. Rõ ràng, bốn phương pháp nhiếp hóa này chính là cách hun đúc, giữ gìn mối tình thân của gia đình.

Do vậy, đối với bản thân mỗi hành giả, thực hành pháp Tứ nhiếp để lợi tha là cách giới hạn ba nghiệp thân, khẩu, ý khởi tạo các nghiệp xấu ác, tạo năng lực hành thiện độ sanh, giúp hành giả tấn tu đạo nghiệp, hoàn thành tự lợi cho bản thân. Nếu biết ứng dụng bốn phương pháp nhiếp hóa vào trong cuộc sống, người Phật tử tại gia có thể kiến tạo một "thế giới Tịnh độ" ngay tại cõi nhân gian này.

Tứ nhiếp pháp là bốn phương pháp lợi tha nhiếp hóa, cảm hóa chúng sanh. Tùy vào căn cơ, trình độ, tính cách, nhu cầu của chúng sanh để đáp ứng và lựa chọn phương pháp áp dụng thích hợp mới có thể đem lại thành tựu tốt nhất cho công cuộc hoằng pháp lợi sanh từ Tứ nhiếp.

Người Phật tử dù là xuất gia hay tại gia mang hạnh nguyện lợi tha đi vào đời đều ở trong lý tưởng hành Bồ-tát đạo. Tứ nhiếp pháp là kỹ năng hoằng pháp, là phương tiện thiện xảo giúp hành giả hành Bồ-tát đạo một cách đắc lực trong việc hành hạnh lợi tha và nhiếp phục, cảm hóa chúng sanh và những người xung quanh.

Bốn pháp nhiếp hóa dùng chung cho cả giới xuất gia và tại gia. Vận dụng Tứ nhiếp vào đời sống cá nhân (người

xuất gia và tại gia), vào công tác lãnh đạo trong tương tác với người xung quanh, với đủ thứ tâm lý, tính cách, nhu cầu; với đoàn thể, xã hội nhiều chủ trương, thay đổi... mới thấy khả năng ứng dụng của Tứ nhiếp rất sâu rộng và thiết thực.

Nhiếp hóa mình là tự lợi, nhiếp hóa người là lợi tha. Tự lợi, lợi tha đều phải đặt dưới sự dẫn dắt của tâm bồ đề. Thành tựu tự lợi, lợi tha từ Tứ nhiếp chính là bước đầu khai mở quả vị Thập địa.

***

Câu hỏi hướng dẫn học tập:

1. Thế nào là Tứ nhiếp Pháp? Tứ nhiếp pháp bao gồm những gì?

2. Thử chỉ ra sự khác nhau trong việc nêu khái niệm của Tứ nhiếp.

3. Vì sao nói Tứ nhiếp pháp là pháp tự lợi, lợi tha?

Bài đọc thêm

Ban Hoằng pháp Trung ương, Phật học cơ bản, tập 2, Nxb Tôn Giáo 2003, bài Tứ nhiếp Pháp, tr. 60.

Tài liệu tham khảo

1. Thích Thiện Siêu (Việt dịch), *Luận Đại Trí Độ tập V*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam ấn hành, 1997.

2. *Phật Học Cơ Bản, tập 1, 2*, Ban Hoằng pháp Trung ương, Nxb Tôn Giáo, 2003.

3. *Kinh Trung Bộ I, II*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn Giáo, 2012.

4. Thích Nhất Hạnh, *Trái Tim của Bụt*, Nxb Tổng Hợp TP.HCM, 2013.

5. Thích Quang Nhuận (chủ biên), *Phật học khái lược*, Nxb Tôn Giáo, 2005.

6. Thích Chơn Thiện, *Phật Học Khái Luận*, Nxb TP. HCM, 1999.

7. Thích Đức Thắng dịch - Tuệ Sỹ Hiệu đính & Chú thích, *kinh Tăng Nhất A-hàm*, 2005.

TỨ VÔ LƯỢNG TÂM

(P. *Brahma-vihāra*; H. 四無量心)

Theo Phật giáo, con người là chủ nhân của chính mình, mọi hạnh phúc hay khổ đau đều tùy thuộc vào nghiệp hay cách sống do chính họ tạo nên. Một hành vi (của thân, lời hay ý) với tâm ý bất thiện như tham, sân si, hận thù, chấp thủ, ganh tỵ... là những nguyên nhân chính đưa đến khổ đau cho con người. Để đối trị với những ác, bất thiện tâm này, Đức Phật đã dạy bốn pháp cao thượng để giúp con người đoạn trừ các nhân tố gây nên khổ đau, đồng thời từng bước hoàn thiện nhân cách để đạt đến những quả vị giải thoát ngay trong hiện tại cũng như tương lai. Bốn pháp cao thượng này có khả năng tạo nên một nếp sống hiền thiện, là những yếu tố làm cho những phàm nhân trở thành bậc thánh và thường được gọi là Tứ vô lượng tâm. Mẫu thức căn bản thường được kinh tạng Nikaya giải thích về Tứ vô lượng tâm như sau: "Vị ấy an trú, biến mãn một phương câu hữu với từ, cũng vậy phương thứ hai, cũng vậy phương thứ ba, cũng vậy phương thứ tư. Như vậy, cùng khắp thế giới, trên dưới bề ngang, hết thảy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy an trú biến mãn với tâm câu hữu với từ, quảng đại vô biên, không hận không sân.

Biến mãn một phương với tâm câu hữu với bi... (như trên)... với tâm câu hữu với hỷ... (như trên)... với tâm câu hữu với xã, cũng vậy phương thứ hai, cũng vậy phương thứ ba, cũng vậy phương thứ tư. Như vậy, cùng khắp thế giới, trên dưới bề ngang, hết thảy phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy an trú biến mãn với tâm câu hữu với từ, quảng đại vô biên, không hận không sân[1].

I. ĐỊNH NGHĨA VÀ GIẢI THÍCH THUẬT NGỮ:

Theo Bách Khoa Phật Học (*Encyclopedia of Buddhism*) "các trạng thái thánh thiện hay các phạm trú" (P. *Brahma Vihara*)[2] cũng gọi là appamānā và appamanna[3] (trạng thái vô cùng, bao la hay trạng thái tâm thức vô lượng) là tên gọi chỉ cho bốn pháp để phát triển tâm linh bao gồm: Từ (P. *Mettā*; H. 慈), bi (P. *Karuṇā*; H. 悲), hỉ (P. *Muditā*; H. 喜) và xả (P. *Upekkhā*; H. 捨).

Theo *Phật Quang Đại Từ Điển*, Tứ Vô Lượng hay Tứ Vô Lượng Tâm, cũng gọi Tứ Đẳng Tâm, Tứ Đẳng hay Tứ Tâm, là dịch nghĩa của cụm từ Bắc Phạn (*Sanskrit*) Catvary apramanani và Nam Phạn (*Pāli*) Catasso appamnnani. *Kinh Trung A-hàm* và *luận Đại Trí Độ* giải thích Tứ Vô Lượng Tâm như sau:

1. Từ vô lượng (S. *Maitry apramana* - P. *Mettā appamanna*; H. 慈無量): Duyên vô lượng chúng sinh, tư duy về phương pháp làm cho chúng sinh được vui mà vào tứ đẳng chí.

---

1. ĐTKVNNT, *KT.B, tập I*, tr. 63, Thích Minh Châu (dịch).

2. Brahmavihara gồm hai thành tố, Brahma dịch là phạm hay thánh thiện, cao cả, trong khi ấy vihara được dịch là trú xứ hay phẩm hạnh.

3. G.P Malalasekera (edited), Vol III, Government of Ceylon, 1971, tr. 333.

2. Bi vô lượng (S. *Karunapramana*; P. *Karunā appamanna*; H. 悲無量): Duyên vô lượng chúng sanh, tư duy về pháp khiến cho chúng sanh lìa khổ mà vào Bi đẳng chí.

3. Hỉ vô lượng (S. *Muditapramana*; P. *Muditā appamanna*; H. 喜無量): Nghĩ đến việc vô lượng chúng sanh đã lìa khổ được vui, từ đáy lòng cảm thấy vui mừng mà vào Hỉ đẳng chí.

4. Xả vô lượng (S. *Upeksapramana*; P. *Upekkhā appamanna*; H. 捨無量): Nghĩ đến việc vô lượng chúng sanh hết thảy đều bình đẳng, không phân biệt oán và thân nên vào Xả đẳng chí[4].

II. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

1. Từ (S. *Maitri*; P. *Mettā*; H. 慈: phẩm hạnh hay trạng thái thánh thiện đầu tiên) là tâm từ với ý nghĩa lòng từ ái, thiện tâm, thiện ý... Mettā là lòng thành thật, là ước mong chân thành đối với tất cả chúng sanh, mong họ có được một đời sống an lành.

Cần lưu ý rằng tâm từ không phải là sự trìu mến, lòng luyến ái, yêu thương riêng biệt đối với ai đó, với họ hàng thân thích, với láng giềng, với bạn bè, huynh đệ, đồng chí, đồng đạo, đồng hương..., vì tâm từ sẽ loại trừ được tâm chấp thủ, hẹp hòi, ích kỷ, và không phân biệt thân sơ, giàu nghèo, sang hèn. Phạm vi của lòng từ thì rộng lượng bao la, không bến bờ, không giới hạn; vì vậy nên Brahma Vīhara còn được gọi là appamānā và appamanna[5], tức trạng thái

4. *PQĐTĐ*, tập 6, Hội Văn hóa Giáo dục Linh Sơn Đài Bắc, tr. 6870, Thích Quảng Độ (dịch).

5. G.P Malalasekera (edited), Vol III, Government of Ceylon, 1971, tr. 333.

vô cùng, bao la hay trạng thái tâm thức vô lượng. Lòng từ như ánh sáng mặt trời bao trùm vạn vật, người có tâm từ thì xem tất cả chúng sanh như là người thân thích của mình. Thật nghĩa của tâm từ là lòng mong mỏi chân thành của mình cho sự hạnh phúc và an lạc của chúng sanh, như *kinh Từ Bi* (P. *Sutta Mettā*; H. 經慈悲) dạy:

> *"Như tấm lòng người mẹ, đối với con của mình,*
> *Trọn đời luôn che chở, con độc nhất mình sanh;*
> *Cũng vậy, đối tất cả, các hữu tình chúng sanh,*
> *Hãy tu tập tâm ý, không hạn lượng, rộng lớn"*[6].

Theo ngài Phật Âm (P. *Buddhaghosa*; H. 佛音), đặc tính của từ là đem lại sự an lạc (thể), nhiệm vụ của nó thích an lạc (dụng), tướng của nó được biểu hiện bằng sự xóa bỏ ưu phiền. Nhân gần của nó là sự thấy khía cạnh đáng yêu ở trong chúng sanh. Từ thành công khi làm cho ác tâm (sân) lắng dịu và nó thất bại khi phát sinh lòng ích kỷ, yêu tự ngã[7].

2. Bi (S và P. *Karunā*; H. 悲 - phẩm hạnh hay trạng thái thánh thiện thứ hai): là sự cảm thông, bi mẫn, thương xót trước sự đau khổ của tha nhân. Theo Naranda Maha Thera, bi chính là động lực làm cho tâm rung động trước sự khổ đau của người khác, là nhân tố thoa dịu niềm khổ đau sầu não của tha nhân[8]. Tâm bi còn có đặc tính của lòng trắc ẩn đối với mọi nỗi khổ, niềm đau của tất cả chúng sanh trên thế gian, đối

6. ĐTKVN, *KTB, tập I*, Nxb Tôn giáo, 2015, tr. 35.

7. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo, tập I*, Nxb Hồng Đức, tr. 632.

8. Naranda Maha Thera, Phạm Kim Khánh (dịch) *Đức Phật và Phật pháp*, Nxb Tổng Hợp TP.HCM, 2013, tr. 640.

với những người vô minh, thiếu trí tuệ, tà kiến, không phân biệt được thiện ác, nhân quả.

Cần lưu ý rằng nếu tâm từ có khả năng tạo ra sự vui vẻ, an ổn, mát mẻ cho nhân sinh, thì tâm bi chính là chất liệu khiến người ta hiểu biết và cảm thông với nỗi đau của đồng loại trong cả hiện tại và tương lai. Tâm bi có thể làm lắng dịu sầu bi khổ ưu não của người khác trong khi họ đang cảm thọ những khổ thọ ấy. Tâm bi chính là yếu tố tạo nên đức tánh vị tha, làm căn bản cho việc phụng sự chúng sanh. Người có tâm bi luôn sống vì mọi người mà không chỉ vì mình, luôn tranh thủ mọi thời cơ để cứu giúp cuộc đời mà không bao giờ mong muốn được đền đáp. Tương tự năng lực của tâm từ, tâm bi cũng bình rộng lớn, quảng đại, vô lượng, vô biên, bao trùm khắp mọi nơi, mọi chốn; người có tâm bi không phân biệt cao sang, giàu nghèo, giai cấp, địa vị, tôn giáo, chủng tộc, trẻ già... Nói khác đi, ở đâu có khổ đau, ở đó tâm bi hiện diện.

Theo ngài Phật Âm, bi có đặc tính là đem lại sự giảm khổ, nó có nhiệm vụ là không chịu được nỗi khổ của người khác. Nó được biểu hiện bằng sự không tàn bạo. Nhân gần của nó là thấy sự khốn đốn nơi những người tràn ngập nỗi thống khổ. Thành công của nó là làm cho sự tàn bạo hạ xuống, và nó thất bại khi làm cho phát sinh buồn khổ[9].

3. Hỷ (S và P. *Muditā*; H. 喜: Phẩm hạnh hay trạng thái thánh thiện thứ ba) là tâm hoan hỷ, vui mừng trước hạnh phúc và thành công của người khác. Mừng vui mang đặc

9. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo, tập I*, Nxb Hồng Đức, tr. 632-633.

tánh của hỷ trong tứ vô lượng tâm là cái mừng vui nhẹ nhàng và thanh cao, khác vui niềm vui liên hệ đến cuộc sống thế tục với hiện tướng thô tháo, vồn vập, rộn ràng mang tính kích động, ồn ào. Hỷ không phải là trạng thái thỏa thích cạn cợt, hình thức, cũng không phải là có sự cảm tình hay thích thú với một người nào đó, mà tánh chất của hỷ trong từ bi hỷ xả thường thâm sâu, dịu nhẹ, thanh cao. Năng lực của hỷ trong tứ vô lượng tâm là xuất phát từ nội tâm sẵn có; nó là kết quả của sự tu tập thiền định, nuôi dưỡng tâm vị tha mà thành tựu. Nếu từ là mang đến niềm vui cho người khác, bi là mong mỏi chúng sanh hết khổ, thì hỷ là hân hoan, mừng rỡ trước sự thành đạt, may mắn và hạnh phúc của tha nhân.

Theo ngài Phật Âm, hỷ có đặc tính vui mừng trước thành công của người khác. Nhiệm vụ của nó là không ganh tị. Nó được biểu hiện bằng sự từ bỏ nỗi chán ghét. Nó có nhân gần là sự trông thấy thành công của người. Nó thành công khi làm cho sự chán ghét tiêu tan, và nó thất bại khi làm phát sinh sự vui nhộn[10].

4. Xả (S. U*peksa*, P. *Upekkhā*, H. 捨: Phẩm hạnh hay trạng thái thánh thiện thứ tư) là trạng thái vô tư, không thiên vị, không luyến ái, không ghét bỏ, không ưa thích.

Xả có hai căn ngữ, gồm 'upa' và 'ikkha'. Upa có nghĩa là đúng đắn, chân thành vô tư; trong khi ấy, ikkha là nhận định chân chánh, suy luận vô tư, hay thấy đúng đắn (chánh kiến). Cần lưu ý rằng xả không có nghĩa là vô cảm, thờ ơ, lạnh lùng, lãnh đạm, không màng đến mọi việc xảy ra quanh cuộc

10. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo, tập I*, Nxb Hồng Đức, tr. 633.

sống; xả không phải là trạng thái vô ký (không vui, không buồn) như người ta thường nghĩ. Trái lại, xả trong từ bi hỷ xả là cái tâm an nhiên, tự tại trước những chướng ngại, nghịch cảnh, thăng trầm vinh nhục, được mất, khen chê, của cuộc sống. Người thành tựu được tâm xả là người thật sự thấy rõ (chánh kiến) và hiểu rõ (chánh tư duy) được bản chất không thật của tất cả sự việc đang xảy ra trong cuộc đời; tâm xả giúp cho hành giả điềm nhiên, tỉnh táo, bình thản trước cơn gió vô thường của cuộc đời, như Vạn Hạnh Thiền Sư từng dạy:

Thân như điện ảnh hữu hoàn vô
Vạn mộc xuân vinh thu hựu khô
Nhậm vận thịnh suy vô bố úy
Thịnh suy như lộ thảo đầu phô[11].

Theo ngài Phật Âm (*Buddhaghosa*), đặc tính của xả là tính thản nhiên đối với hữu tình. Nhiệm vụ của nó là thấy sự bình đẳng trong chúng sanh. Nó biểu hiện bằng sự bặt dứt thân thù. Nhân gần của nó là thấy rõ chủ nhân của nghiệp... Tâm xả này thành công khi nó làm cho ghét và ưa lắng xuống, nó thất bại khi nó phát sinh cái bình thản của vô tri, mà chính là cái thờ ơ do ngu si của phàm phu có gốc rễ là đời sống tại gia[12].

III. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

1. Tu tập tâm từ: Sân hận (P. *Doha*; H. 瞋恨) là một trong những nguyên nhân chính tạo nên khổ đau cho cuộc

11. Nguyễn Lang, *Việt Nam Phật Giáo Sử Luận*, Nxb Văn Học, Hà Nội, 2000.
12. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo, tập I*, Nxb Hồng Đức, tr. 633.

sống của cá nhân, gia đình và xã hội, bởi vì mọi rắc rối, khổ đau trong cuộc đời đều có gốc rễ từ tâm sân. Vì vậy người xưa nói rằng "nhất niệm sân tâm khởi, bách vạn chướng môn khai"; nghĩa là một niệm sân khởi lên là hàng vạn nghiệp chướng sẽ được mở ra. Cần lưu ý rằng nhân gần của sân là những trạng thái tâm lý nóng nảy, hung dữ, ghanh ghét, ác ý, vị kỷ... Phương pháp tối ưu để chuyển hóa và loại bỏ tâm sân hận là tu tập và nuôi dưỡng từ tâm, vì "Hận thù diệt hận thù, đời này không có được. Không hận diệt hận thù, là định luật ngàn thu"[13]. Công năng của tâm từ đem đến niềm vui cho người khác; muốn tu tập lòng từ hành giả thường phải quán niệm "cầu mong tất cả chúng sanh thoát khỏi hận thù ưu não và sống hạnh phúc an vui". Có 11 phước đức do tu tập lòng từ đem lại:

1. Ngủ được an lạc; 2. Thức dậy trong an lạc; 3. Không chiêm bao ác mộng; 4. Được mọi người yêu mến; 5. Được phi nhân yêu mến; 6. Được chư thiên hộ trì; 7. Lửa, độc chất, khí giới không làm hại được vị ấy; 8. Tâm không tán loạn; 9. Luôn thư thái, khinh an; 10. Chết không tán loạn; 11. Sanh vào phạm thiên giới.

2. Tu tập bi tâm: Hung bạo (P. *Himsa*; H. 凶暴) là một ác tâm gây ra mọi tội ác và bạo tàn trên thế gian này. Để chuyển hóa và đoạn trừ tâm tàn bạo, hung ác này chúng ta phải tu tập bi tâm. Để thực tập lòng bi, hành giả phải khởi tâm thương xót khi thấy ai thiếu may mắn, bất hạnh, khốn khổ, đáng thương. Thương xót những chúng sanh do vô minh, tham lam, hiểm ác mà đã tạo ra sai lầm, tội lỗi và

13. Hòa Thượng Thích Minh Châu (dịch) *Kinh Pháp Cú*.

phải chịu đau khổ trong hiện tại cũng như tương lai. Công năng của từ là đem đến niềm vui cho tha nhân thì công năng của bi là cứu giúp mọi người. Trong thực chất, từ bi đều nhắm đến sự chuyển hóa và loại trừ sân tâm và hận tâm; vì vậy tu tập lòng bi cũng đầy đủ 11 phước báu như tu tập lòng từ.

3. Tu tập tâm hỷ: Ganh tỵ (*issa*) là một bất thiện tâm do lòng ích kỷ tạo ra. Ganh tỵ và đố kỵ là nguyên nhân chính, là động lực thúc đẩy con người tham gia vào những cuộc đấu tranh, tranh chấp đầy dục vọng và tội lỗi. Phương pháp để chuyển hóa và điều trị lòng ganh tỵ chính là tâm hỷ. Để tu tập lòng hỷ hành giả cần phải phát khởi lời cầu mong, ước nguyện để tâm hỷ sanh, ví dụ "Thật là tốt lành, thật là vui vẻ, thật là tuyệt vời là sự an lạc, hạnh phúc của bạn. Cầu mong sao cho bạn luôn được an lạc và hạnh phúc như thế". Thường nuôi dưỡng những ước nguyện tốt lành như thế với người khác, hỷ tâm sẽ khởi sanh. Người có hỷ tâm không bao giờ thấy khó chịu, bực tức khi thấy hoặc nghe nói về sự thành công, hạnh phúc của tha nhân. Người có hỷ tâm luôn đạt được nhiều lợi ích do hỷ đem lại, vì hỷ tâm có mặt thì các ác, bất thiện tâm như ghanh tỵ, đố kỵ, ích kỷ, hiềm hận... sẽ không có cơ hội để hiện hữu.

4. Tu tập tâm xả: Chấp thủ (P. *Upādiyati*; H. 執守) là một trong những nguyên nhân chính khiến con người khổ đau. Lo lắng, sợ hãi những thứ mình yêu thích vì vô thường khiến người ta sinh tâm chấp thủ. Bám víu vào những điều bất toại ý khiến người ta đánh mất sự bình thản cho cuộc sống. Đây là lý do Đức Phật dạy rằng, thủ diệt tức Niết-bàn. Nói khác đi. muốn có an lạc, hạnh phúc thì chúng ta

cần phải tu tập tâm xả. Cần lưu ý rằng chướng ngại đối với tâm xả là luyến ái, vô cảm và lạnh lùng. Vì vậy, hành giả muốn tu tâm xả thường phải lánh xa tham ái và bất mãn, phải thường chánh niệm rằng luyến ái, thiên chấp là bất tịnh, tên độc, là pháp chướng ngại đối với mọi sự tiến bộ tâm linh. Sự bình thản trước khen chê, được mất, sự an tịnh và bình lặng trước những thăng trầm của cuộc sống chính là kết tinh của quá trình tu tập tâm xả:

Như tảng đá kiên cố, không gió nào giao động,
Cũng vậy giữa khen chê, Người trí không giao động[14].

Nói tóm lại, ai tu tập tâm từ thì sẽ ngăn chận, chuyển hóa được lòng sân hận, nóng nảy... Ai tu tập tâm bi thì sẽ làm lắng dịu được lòng hận thù, độc ác, tàn bạo...; ai tu tập lòng hỷ thì sẽ loại trừ được tâm ganh ghét, đố kỵ, hẹp hòi...; ai tu tập tâm xả thì sẽ đoạn trừ đoạn lòng thiên vị, chấp thủ, ái luyến.

Có thể nói rằng từ bi hỷ xả là những đức hạnh tốt lành và cao đẹp để xây dựng nên một con người hoàn thiện, một gia đình hạnh phúc và một xã hội tốt đẹp. Vì vậy, ai có ước nguyện, có mong ước được sống trong thế giới hòa bình, an lạc, hạnh phúc thì cần phải tu tập các pháp môn này. Ai mong muốn tiến tu trong con đường chánh đạo và cuối cùng giải thoát giác ngộ thì không thể không tu tập giáo pháp Tứ vô lượng Tâm này.

***

14. Thích Minh Châu (dịch) *Kinh Pháp Cú*, Nxb Tôn giáo Hà Nội, 2000.

Câu hỏi thảo luận:

1. Nội dung của từ bi hỷ xả?

2. Giá trị thực tiễn của việc áp dụng Tứ Vô Lượng Tâm vào trong cuộc sống thường ngày?

Bài đọc thêm:

1. Phạm Kim Khánh (dịch), *Đức Phật và Phật Pháp*, bài Tứ Vô lượng Tâm, tr. 642, Nxb Tổng Hợp TP.HCM, 2013.

2. *Thanh Tịnh Đạo, tập I*, Các Phạm Trú, tr. 583 Thích Nữ Trí hải (dịch), Nxb Hồng Đức, 2014.

Sách tham khảo:

1. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, *kinh Tiểu Bộ, Tập I.*

2. *Thanh Tịnh Đạo, tập I*, Thích Nữ Trí Hải (dịch).

3. *Đức Phật và Phật Pháp*, Phạm Kim Khánh (dịch).

4. *Phật Quang Đại từ Điển*, Thích Quảng Độ (dịch), Hội Văn hóa Giáo dục Linh Sơn Đài Bắc xuất bản, năm 2000.

5. G.P. Malalasekara, Encyclopedia of Buddhism, Vol. III.

6. Nguyễn Lang, *Việt Nam Phật Giáo Sử Luận*, Nxb Văn Học, Hà Nội, 2000.

Bài 5

NGŨ MINH

Theo truyền thống, các sự hiểu biết (S. *Vidyas*; H. 明; Việt dịch là minh) của người Ấn Độ cổ được chia thành năm loại gọi là Ngũ minh. Ngũ minh không được đề cập trực tiếp trong Nikāya và A-hàm. Tuy nhiên, Tam tạng của Phật giáo thuộc Hán tạng lại ghi rõ và đề cập đến nhiều, bởi lẽ Ngũ minh được phát huy từ khu vực Phật giáo ở Bắc Ấn. *Bồ-tát Trì Địa Kinh*, cuốn 3 và *Tây Vực Ký*, cuốn 2, của Đường Huyền Trang đã đề cập rất rõ giáo lý này. Bên cạnh ấy, ngang qua các Nikāya và A-hàm chúng ta cũng có thể rọi thấy Ngũ minh được biểu hiện qua các đại đệ tử của Thế Tôn[1].

Như *kinh Tăng Chi Bộ* Đức Phật dạy: "Đạt được nghĩa vô ngại pháp, pháp vô ngại giải, từ vô ngại giải, đối với các sự việc, các vị đồng Phạm hạnh cần phải làm, hoặc lớn hoặc nhỏ, vị ấy thiện xảo, không có biếng nhác, thành tựu trí phương tiện, ở đây vừa đủ để làm, để khiến người làm"[2]. Lời dạy của Đức Phật chính là nội dung của Ngũ minh. Đạt được "nghĩa vô ngại và pháp vô ngại giải" là Nội

1. Thích Chơn Thiện. *Phật Học Khái Luận*, Nxb Phương Đông, 1997.
2. ĐTKVN, *KTCB, II-B*, 1981, tr.148.

minh; "Từ" vô ngại giải là Thanh minh; biện tài vô ngại giải là Nhân minh; thành tựu trí phương tiện ở trên có thể hàm chứa ý nghĩa Công xảo minh và Y phương minh.

I. ĐỊNH NGHĨA

Ngũ minh (S. *Pancavidya*; H. 五明): "Năm sự sáng". Ký tự cho chữ "minh - 明" trong Hán cổ được viết từ bộ nhật (mặt trời) và nguyệt (mặt trăng), đại diện cho nguồn gốc của tất cả ánh sáng - biểu trưng cho tri thức và tuệ giác.

Ngũ minh là một thuật ngữ chỉ ra năm ngành học truyền thống Ấn Độ, giúp con người hoàn thiện kiến thức, phát triển trí huệ nhằm thiết thực phục vụ chúng sanh. Ngũ minh gồm có nội minh, nhân minh, thanh minh, công xảo minh và y phương minh.

II. GIẢI THÍCH THUẬT NGỮ

- Nội minh (S. *Adhyatmatidya*; H. 内明): là nội điển bao gồm kinh, luật, luận. Nội minh cũng là ánh sáng trí tuệ tỏa ra từ sự am tường giáo điển và quá trình tu tập trên cơ sở giáo nghĩa Phật Đà.

- Nhân minh (S. *Hetuvidya*; H. 因明): là môn lý luận học Phật giáo, nhân minh là kiến thức để có thể lập luận và lý giải tất cả các vấn đề.

- Thanh minh (S. *Sabdavidya*; H. 聲明): là ngành học nghiên cứu về ngôn ngữ, âm thanh (Ngôn ngữ học).

- Công xảo minh (S. *Silavidya*; H. 工技明): là khả năng thông thạo về nghề nghiệp, toán học, khoa học, văn chương, nghệ thuật, triết lý thuộc ngoại điển...

- Y phương minh (S. *Cikitsavidya*; H. 医方明): là

phương pháp nghiên cứu bệnh lý, cách phòng và chữa bệnh (Y học và dược học).

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG

1. Nội dung của Ngũ minh:

a. *Nội minh*: Là kiến thức về nội điển Phật giáo bao gồm kinh, luật, luận. Đây là một trong những yếu tố quan trọng hàng đầu của người sứ giả Như Lai. Muốn hoằng pháp, nghĩa là muốn đem giáo pháp truyền bá trong quần chúng để mọi người đều được lợi ích, trước tiên người tu sĩ phải nghiên cứu thấu đáo giáo lý của Đức Phật. Nếu không hiểu giáo lý, thì không thể thực hành đúng chân lý được. Như vậy, Nội minh là sự am tường giáo lý Phật đà, tựu trung là 3 hệ thống giáo lý căn bản sau đây:

- Hệ thống

- Hệ Thống Bát nhã: Giáo lý về Tánh không chủ trương vạn pháp là không thật có, đây là tư tưởng triết học vô cùng quan trọng của đạo Phật.

- Hệ thống Pháp tướng: Giáo lý Duy thức, chủ trương vạn pháp không thực tánh và sở dĩ có là do thức biểu hiện ra ngàn sai, muôn khác.

- Hệ thống Pháp tánh: Giáo lý pháp tánh là "dẫn tướng quy tánh", chủ trương đạt đến chân như, các pháp đều do chân như duyên khởi mà có.

Mỗi hệ thống giáo lý có vô số pháp môn để thực hành và đạt đến quả vị giác ngộ. Người hoằng pháp cần thông hiểu các hệ thống giáo lý và các pháp môn phương tiện để có thể đem ra ứng tiếp với xã hội với hiệu quả cao nhất.

Nếu nắm vững nội minh tất nhiên phải là những bậc thông hiểu giáo lý và có cuộc sống tri hành hợp nhất. Các vị cư sĩ Phật tử tu tập hoặc đứng ra làm Phật sự, điều khiển những tổ chức Phật học cũng nên am hiểu nội minh. Nhờ đó, những tình trạng sống bất an, tà kiến, mê tín, dị đoan... trong quần chúng Phật tử sẽ giảm đi, mọi người sẽ hướng đến đời sống tu tập đúng với chánh pháp.

Có thể khẳng định rằng, Nội minh là yếu tố quan trọng nhất trong Ngũ minh, không chỉ là kiến thức về nội điển mà Nội minh cũng biểu hiện trình độ tu tập và giác ngộ của mỗi người, điển hình như hiểu về các trạng thái của tâm, thấy rõ tánh của chính mình cho đến sự giác ngộ và thực chứng bên trong của tự thân, bao gồm cả trạng thái thành tựu viên mãn của chư Phật và Bồ tát.

b. *Nhân minh*: Đây là một môn khoa học về lý luận Phật giáo (Logic học Phật giáo). Người tu sĩ muốn trình bày giáo lý một cách rõ ràng, khúc chiết, muốn lập thuyết vững vàng, cần phải dựa vào nhân minh học, chủ trương chứng minh lập thuyết bằng "Nhân" nghĩa là cách suy cứu đến nguyên nhân.

Phương pháp luận lý logic này dựa trên lập trường nhân quả với ba yếu tố căn bản gọi là "Tam chi tác pháp" được ngài Khuy Cơ ghi chép trong "Nhân Minh Đại Sớ". Tam chi tác pháp gồm có Tôn, Nhân và Dụ. Tôn chính là chủ trương của mình, là luận điểm mà mình muốn bàn thảo đến. Nhân là lý do vì sao hình thành nên chủ thuyết ấy và Dụ chính là những minh chứng, những ví dụ cụ thể mà chúng ta đưa ra để chứng minh cho luận điểm[3]. Ví dụ:

3. Thích Thiện Hoa. *PHPT, tập 1*. Nxb Phương Đông, 2011.

Tôn: Mọi sự vật đều vô thường;

Nhân: Vì do duyên sinh;

Dụ: Cái bàn, cái ghế, áng mây. . .

Ta nhận thấy môn luận lý nhân minh có phần giống với luận lý học hình thức của phương Tây, nhưng lại đầy đủ và tinh vi hơn vì nó có đủ tính diễn dịch và quy nạp. Điểm quan trọng ở đây là việc nhận thức đúng đắn khi đặt ra vấn đề. Ba phần chính của môn luận lý nhân minh có liên quan mật thiết với nhau. Học Nhân minh mục đích là biết phán đoán chân ngụy, thuyết phục được ngoại đạo và đọc được các bộ luận về Pháp Tướng Học. Người hoằng pháp nắm vững nội điển nhưng nếu không có khả năng lý luận hùng biện thì đôi khi khó thuyết phục được quần chúng. Vì thế Nhân minh học đóng một vai trò vô cùng quan trọng trong Ngũ minh đối với sự nghiệp hoằng pháp và giáo dục.

c. *Thanh minh*: Là ngành ngôn ngữ học, một phương tiện quan trọng đưa tri thức và lời Phật dạy đến với tất cả chúng sanh qua ngôn ngữ và âm thanh. Thanh minh chú trọng về sự chính xác của ngữ pháp và hành văn trong khi giảng. Người hoằng pháp thiếu phương tiện khéo qua ngôn ngữ, âm thanh thì hiệu quả phía tiếp nhận không cao.

Thanh minh học không chỉ là vấn đề ngôn ngữ trong giao tiếp, mà còn đề cập đến vai trò của văn học và mỹ học trong việc chú thích, trước tác, phiên dịch, giảng giải kinh, luật, luận. Cùng với việc nghiên cứu kinh điển qua những cổ ngữ như Pāli, Sankrit, Hán cổ..., chúng ta cũng nên biết thêm những sinh ngữ như: Anh ngữ, Hoa ngữ... để xiển dương chánh pháp trong những hoàn cảnh và môi trường khác nhau.

Thanh minh cũng bao gồm cả những phương tiện thông tin, truyền thông, những kỹ thuật hiện đại để hoằng pháp như: Truyền thanh, truyền hình, phim ảnh, điện thoại, internet v.v... Bên cạnh đó, tất cả âm thanh có khả năng làm chúng sinh an lạc và giác ngộ trong chánh pháp như lời thoại, thư viện sách nói, thơ, nhạc Phật giáo... cũng bao gồm trong Thanh minh.

d. *Công xảo minh*: Là một ngành học đặc biệt chú trọng đến việc thông thạo công nghệ kỹ thuật, toán học, và các môn khoa học, khả năng sáng tạo các công trình nghệ thuật như điêu khắc hoặc hội hoạ... Một tu sĩ vẫn có thể đồng thời am tường một hay những ngành công nghệ khác để cống hiến hữu ích cho cuộc đời, (nghề thủ công, nghề nông, nghề mộc, nghề may, thêu, thủy lợi, thợ máy, nghề xây dựng, kỹ sư, kiến trúc sư, họa sĩ, điêu khắc, nhà bác học, nhà hóa học, vật lý học, nhà địa chất, nhà thiên văn). Trong thời đại "công nghệ thông tin" đạt đến đỉnh cao như hiện nay, "Công xảo minh" còn có khả năng giúp hành giả rất nhiều qua các phương tiện truyền thông và điện tử như liên lạc và hoằng pháp qua mạng internet, sử dụng các phương tiện trợ giáo như máy chiếu Projector, overhead.... Một sứ giả Như Lai được trang bị thêm kiến thức của Công xảo minh là có thêm phương tiện làm tốt đạo đẹp đời. Tuy nhiên, Công xảo minh trong Phật giáo có những nét đặc thù của nó. Mọi sự ứng dụng thành quả khoa học kỹ thuật cho xã hội và con người đều trên cơ sở của lòng từ bi và trí tuệ, nhằm đem lại an vui và hạnh phúc cho cuộc đời, hoàn toàn không vì lòng vị kỷ và lợi ích của cá nhân.

e. *Y phương minh*: Là một ngành học đòi hỏi người hoằng pháp ngoài việc trau giồi tam tạng Thánh điển để

chữa lành tâm bịnh cho mình và tha nhân, còn phải biết về phương pháp trị bệnh về thân để cứu khổ cho chúng sanh. Chư Phật và chư Bồ tát là những đại lương y, am tường cả thân bệnh và tâm bệnh của chúng sanh.

Y khoa, dược học... là các phương tiện thực tiễn sinh trong hạnh nguyện "cứu đời" giúp cho người hoằng pháp thực hành Tứ vô lượng tâm do tiếp cận được, hiểu thấu được nỗi đau của chúng sanh. Cao cả hơn, khi gần gũi, sẻ chia, chữa lành thân bệnh cho mọi người, lòng từ bi của người con Phật càng tỏa sáng để dẫn dắt chúng sanh đến với Phật pháp nhằm chữa lành các tâm bệnh.

2. Tầm quan trọng của Ngũ minh:

a. Ngũ minh là năm yếu tố quan trọng và cần thiết cho sự tu học của người tu sĩ. Ngũ minh chính là 5 yếu tố cần và đủ nhằm trang bị và bồi dưỡng các phẩm chất trí tuệ và các kỹ năng cần thiết cho một người học Phật và đặc biệt là người tu sĩ có tâm nguyện hoằng pháp, lợi sanh với tâm nguyện lấy trí tuệ làm mục đích của đời mình theo phương châm "duy tuệ thị nghiệp"[4].

Một người tu sĩ tu học theo Ngũ minh sẽ thể hiện được nội lực do am tường nội điển và công phu tu tập (nội minh), khả năng sử dụng ngôn từ và lý luận để truyền đạt vấn đề một cách thấu đáo (thanh minh và nhân minh), khả năng thực tiễn trong khoa học, nghệ thuật (công xảo minh) cũng như các phương pháp phòng bệnh, chữa bệnh về thân và tâm của chúng sanh (y phương minh).

4. *Kinh Bát Đại Nhân Giác.*

Ngũ minh của Phật giáo là năm phương thức hoằng pháp phổ cập trong mọi giới cộng đồng xã hội, nhất là trong thời đại văn minh khoa học này. Có rất hiếm người thiện xảo đủ Ngũ minh nên giới tu sĩ có thể bổ túc cho nhau. Thông thường phần lớn các tu sĩ được đào tạo từ nhỏ trong các tự viện nên chỉ thông thạo Tam minh, nếu muốn biểu hiện tinh thần nhập thế của Phật giáo, quý vị tu sĩ cần được quan tâm huấn luyện về Y phương minh và Công xảo minh.

b. Ngũ minh là yếu tố cần và đủ để Phật giáo hòa quang đồng trần:

Rèn luyện Ngũ minh theo quan điểm Phật giáo là một minh chứng sống động cho chân lý: "Phật pháp tại thế gian, bất ly thế gian giác"[5]. Đạo Phật không phải là một tôn giáo tách biệt thế gian, xa lìa thế gian để tìm cho cá nhân một sự tĩnh mịch, an nhàn; trái lại, đạo Phật là một con đường nhập thế giúp đời. Sự ra đời của Đức Phật không ngoài mục đích: "Khai thị chúng sanh ngộ nhập Phật tri kiến". Do vậy, lời dạy của Đức Phật có giá trị hiệu dụng thực tiễn, tùy duyên bất biến hội nhập trong các thời kỳ, mọi quốc độ để giáo hóa quần sanh. Chính Ngũ minh đã làm rõ yếu tố nhập thế tích cực của Phật giáo, không phải là một tôn giáo tiêu cực yếm thế mà tích cực đem ánh sáng chân lý vào cuộc đời.

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Con người trong thế giới ngày nay đang phải đối mặt với nhiều vấn đề khủng hoảng toàn cầu, sự đa dạng hóa

5. Lục Tổ Huệ Năng, *Kinh Pháp Bảo Đàn*.

vật chất, bệnh hoạn gia tăng, tuổi thọ giảm dần do bởi lòng người điên đảo, đố kỵ, hận thù và bị chi phối quá nhiều vì lợi ích cá nhân. Đời sống tâm linh thật sự trở nên khô khan, trống vắng, vì vậy nhân loại cảm nhận sự đau khổ nhiều hơn hạnh phúc vì không hiểu được bản chất vô thường của cuộc sống, không tin nhân quả, không hiểu chánh pháp. Do cậy, vai trò của giới tu sĩ Phật giáo trong việc tu tập và hướng dẫn đời sống tâm linh cho người Phật tử đã trở nên thật sự quan trọng và cấp thiết (Nội minh, Nhân minh, Thanh minh). Đặc biệt, sự bùng nổ của công nghệ thông tin trong thời đại ngày nay có thể xem là một cơ hội tốt để Phật giáo có thể phát triển một cách hiệu quả hơn, nhưng đồng thời cũng phải đối mặt với những thách thức và hiểm họa.

Đứng trước những cơ hội và thách thức này, đạo Phật cần phải chuyển mình để mang lại một sức sống mới, một diện mạo mới. Sự chuyển mình ấy không ngoài mục đích chuyển tải trọn vẹn chất liệu từ bi và trí tuệ của Đức Phật đến mọi tầng lớp, mọi dân tộc trên thế giới. Để làm được điều đó, mỗi sứ giả Như Lai ngày nay cần phải trang bị cho mình những tri thức cần thiết (Công xảo minh, Y phương minh) nhằm thích ứng với nhu cầu chung của thời đại. Tinh thần nhập thế của người tu sĩ Phật giáo cần phải thể hiện bằng hành động thực tiễn để cống hiến cho cuộc đời bằng tài năng và trí tuệ của mình do tu tập mà có được.

Điển hình là trong giai đoạn hiện nay, các pháp thoại Phật giáo được phổ cập rộng rãi tại các đạo tràng của tinh xá, tự viện, thiền viện, thậm chí là tại các nơi công cộng như trường học, bệnh viện, nhà giam... dành cho mọi giới, mọi lứa tuổi, cần thể hiện tinh thần ứng dụng nội minh, thanh minh và nhân minh của Tăng ni Việt Nam đối với quần chúng Phật tử nhằm hướng dẫn một lối sống đúng

theo lời Phật dạy. Có những ngôi chùa tổ chức đưa người khuyết tật, mù lòa về sinh hoạt nghe Phật pháp định kỳ giúp họ hưởng được niềm an lạc trong chánh pháp.

Một số chùa có đất đai các vị tu sĩ tự cấy lúa, trồng lúa, hoặc tổ chức trồng rau sạch trên một diện tích lớn, nhờ vậy mà thân thiện với bà con nông dân đồng thời giáo hóa cho họ. Một số tự viện trồng cây, trồng rừng tạo cây xanh bóng mát làm đẹp danh lam thắng cảnh và bảo vệ môi trường, nhiều tự viện có phòng khám hoặc phòng thuốc Nam quanh năm khám bệnh và phát thuốc miễn phí cho dân nghèo. Nhiều lớp học tình thương được mở ra hỗ trợ cho các em học sinh có hoàn cảnh khó khăn về tri thức lẫn vật chất, nhiều chương trình tu sĩ dạy nghề cho người khuyết tật mù, câm, điếc... như các nghề thủ công: làm mây tre lá...

Trên tinh thần đó, giáo lý Ngũ Minh được xem như là một trong những phương pháp tối ưu nhằm hoàn thiện cho người con Phật trên cả hai phương diện Phật học và thế học; đồng thời cũng là pháp môn giúp cho người hành giả trải nghiệm năng lực tu tập của mình trước những biến động của thời đại.

Thực tế, chúng ta phải công nhận rằng, phần đông các vị hoằng pháp trẻ tuổi ngày nay còn thiếu phương tiện và khả năng chuyên môn, nên sự hoằng pháp lợi sanh bị hạn chế nhiều mặt. Ví dụ như thiếu sự am tường nội điển lại chưa có khả năng đi sâu vào các ngành sinh hoạt khác của xã hội. Do đó, đạo Phật thu hẹp phạm vi hoạt động và mất rất nhiều ảnh hưởng trong đời sống của đại đa số quần chúng. Nếu người tu sĩ biết vận dụng khéo léo Ngũ Minh, nắm vững những phương thức hoằng pháp thích hợp các

ngành nghề trong xã hội thì đạo Phật sẽ phát huy được vai trò tích cực của mình trong mọi thời đại.

Nếu Nội minh,Thanh minh và Nhân minh tạo ra chất liệu giải thoát và an lạc cho sự chuyển hóa tâm hồn, thì Công xảo minh và Y phương minh giúp hành giả Phật giáo mở rộng phạm vi hoằng pháp theo tinh thần Bồ-tát nhập thế ứng thân trong các ngành nghề như mở trường học, xây bệnh viện, nhà nuôi dạy trẻ, thợ thủ công, viện dưỡng lão, nuôi trẻ mồ côi, phòng thuốc Đông y, Tây y và các ngành công nghiệp khác nữa mà qua đó thể hiện tinh thần hy sinh góp phần làm cho cuộc đời an vui và hạnh phúc.

***

Câu hỏi thảo luận

1. Giải thích Ngũ minh?

2. Trong Ngũ minh thì minh nào là quan trọng nhất. Vì sao?

3. Tại sao việc ứng dụng Ngũ minh đối với tu sĩ Phật giáo là vấn đề cần thiết hơn trong thời hiện đại?

4. Bản thân của tăng (ni) sinh có khuynh hướng để phát triển minh nào trong Ngũ minh?

Sách đọc thêm

1. Thích Thiện Hoa, *Phật Học Phổ Thông, Tập I*, Thành hội Phật giáo TP. Hồ Chí Minh, Ấn hành 1997.

2. Thích Chơn Thiện, *Phật Học Khái Luận*, Nxb Tổng hợp TP. HCM, 1999.

Tài liệu tham khảo

1. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Tăng chi Bộ, Tập II*, VNCPHVN, 1981.

2. Thích Thanh Từ (dịch) *Pháp Bảo Đàn kinh.*

3. *Kinh Bát Đại Nhân Giác.*

4. Thích Thiện Hoa, *Phật Học Phổ Thông, tập I*, Nxb Phương Đông, 2011

4. Thích Quảng Độ (dịch), *Phật Quang Đại Từ Điển*, Hội Văn hóa Giáo dục Linh Sơn Đài Bắc xuất bản, năm 2000.

5. Thích Chơn Thiện, *Phật Học Khái Luận*, Nxb Phương Đông, 1997.

Bài 6

LỤC HÒA

(六和)

Giáo pháp của đức Phật là nhằm đến một mục đích giúp con người tự thân tu tập để tạo ra một đời sống an lạc và hạnh phúc cho cho mình và cho người. Đặc biệt, Pháp Lục hòa là một trong những nội dung mà Đức Phật giảng dạy, có khả năng tạo nên một đời sống hài hòa giữa cá nhân, gia đình và xã hội : "Này các Tỷ-kheo, có một pháp khởi lên ở đời, khi khởi lên đem lại hạnh phúc cho nhiều người, đem lại lợi ích cho nhiều người, không đem lại bất hạnh, đau khổ cho chư thiên và loài người. Thế nào là một Pháp? Sự hòa hợp chúng Tăng"[1]. Có thể nói rằng đây là những nguyên tắc mẫu mực cho một đời sống tập thể, có thể tạo ra sức mạnh của tinh thần đoàn kết, hòa hợp, tương thân, tương ái, là điều kiện tốt để trợ duyên cho việc chuyển hóa nghiệp lực cá nhân cũng như tập thể. Pháp Lục hòa là phương tiện thiết yếu để duy trì và hoằng dương chánh pháp được vững bền dài lâu tại nhân gian, đồng thời là phương pháp giáo dục hiệu quả cho mọi

1. ĐTKVN, *KTB, Tập I*, bài kinh Phật thuyết như vậy, chương Một pháp.

người sống trong gia đình, nghệ thuật ứng xử lẫn nhau trong các tổ chức, đoàn thể xã hội. Các tổ chức, đoàn thể xã hội có thể dùng phương pháp này để phát huy hiệu quả quản lý, phát triển tiềm năng của các thành viên trên tinh thần hòa hợp, bình đẳng nhằm phát triển tổ chức đoàn thể đó.

Như vậy, Lục hòa là sáu phương pháp quan trọng trong việc tu hành của tự thân, đồng thời là những nguyên tắc ứng xử trong mối quan hệ giữa cá nhân, gia đình và tập thể. Hay nói cách khác, Pháp Lục hòa là nghệ thuật sống hạnh phúc cho tự thân, là nghệ thuật góp phần xây dựng môi trường sống để các cá nhân được an trú trong cùng một môi trường tập thể trên tinh thần hòa hợp, an lạc.

I. ĐỊNH NGHĨA:

Theo *Từ điển Phật học Huệ Quang*[2], "Lục hòa kính, còn gọi Lục ủy lao Pháp, lục khả hỷ Pháp, lục hòa, hành hòa kính, sự hòa kính, thí hòa kính. Sáu thứ hòa đồng, kính ái, tức sáu việc mà những người cầu Bồ đề, tu phạm hạnh phải thương yêu, kính trọng lẫn nhau; cũng tức là sáu thứ hòa đồng, kính ái giữa Bồ tát và chúng sanh của Phật giáo Đại thừa".

Từ điển Phật học Hán Việt của Hòa thượng Kim Cương Tử nói rằng "Tăng lấy hòa hợp làm nghĩa. Hòa hợp có hai nghĩa:

1. Lý hòa: Tức cùng chúng Diệt lý. Đó là bậc thánh giả tại Kiến đạo trở lên;

---

2. Thích Minh Cảnh (chủ biên), *Từ điển Phật Học Huệ Quang*, Nxb Tổng hợp Tp. HCM, 2003.

2. Sự hòa: Trong này lại có sáu loại, tức là sáu loại kính cụ, thuộc về phàm tăng trước khi Kiến đạo. Sáu loại kính cụ đó còn gọi là lục hòa kính, gồm: Thân hòa kính...; khẩu hòa kính...; ý hòa kính...; giới hòa kính...; kiến hòa kính...; lợi hòa kính... ".

Theo *Từ Điển Phật học* của Đoàn Trung Còn, Lục hòa kính tức là sáu niềm hòa đồng ái kính của giới tu sĩ. Các vị xuất gia, bề ngoài đối với điều lành của người thì hòa thuận; bề trong thì tự mình khiêm nhượng, ấy là kính, (thân hòa, khẩu hòa, ý hòa, giới hòa, kiến hòa, lợi hòa).

Sáu pháp hòa kính còn gọi là pháp Lục hòa, đó là: Thân hòa đồng trụ, Khẩu hòa vô tránh, Ý hòa đồng duyệt, Giới hòa đồng tu, Kiến hòa đồng giải, Lợi hòa đồng quân.

II. GIẢI THÍCH CÁC THUẬT NGỮ:

Thân hòa đồng trụ: Thân hòa là biểu hiện oai nghi, đức hạnh, cùng sống chung trong Tăng đoàn. Chúng ta thường nghe "ba ngàn oai nghi, tám vạn tế hạnh", đó chính là sự biểu hiện của Thân hòa đồng trú, là sự hòa hợp cộng trụ. Mỗi cá nhân phải tu sửa để thân nghiệp thanh tịnh, hòa thuận với mọi người, mọi cử chỉ đều thể hiện sự trang nghiêm tăng tướng.

Khẩu hòa vô tránh: Khẩu hòa là sự biểu đạt ngôn ngữ hòa khí, nho nhã, không tranh cãi hơn thua, để từ đó ít sanh ra những mâu thuẫn, hiểu lầm nhau do tranh luận. Nếu có gì chưa thông hiểu, còn thắc mắc nghi ngờ, thì cần phải trao đổi trong hòa khí, phải dùng lời ôn tồn, hòa nhã mà bàn luận để thông hiểu lẫn nhau, khiến cho khẩu nghiệp được thanh tịnh.

Ý hòa đồng duyệt: Ý hòa là thái độ cư xử đối với mọi người; phải làm cho ý nghiệp được thanh tịnh, thể hiện được dụng ý lương thiện, quan tâm nhau, giúp đỡ giải quyết những bế tắc, khó khăn cùng mọi người. "Đồng duyệt" có nghĩa là sự hỷ duyệt, bất luận là người nào khi nhìn thấy, nghe được hoặc chính bản thân nhìn thấy, nghe được thì trong tâm đều cảm thấy hoan hỷ, vui vẻ.

Giới hòa đồng tu: Giới hòa là tôn trọng nội quy, luật pháp; giới là căn bản của vô thượng bồ đề, giới là nền tảng của định tuệ. Vì thế, mỗi người cần phải tinh tấn hành trì, cùng đại chúng phát huy tinh thần hòa hợp để duy trì chánh pháp.

Kiến hòa đồng giải: Kiến hòa là sự nhận thức, quan điểm, cách nhìn, cách suy nghĩ, kiến giải,... được sự đồng thuận với nhau. Trong cách nhìn, quan điểm cần có sự đồng thuận lớn, bất đồng nhỏ; hoặc trong nghịch ý nhỏ, có sự tương đồng lớn. Trong trao đổi, có thể để người khác phát biểu ý kiến của họ, mình cũng có thể phát biểu ý kiến của mình, nhưng sau cùng thì phải đồng thuận lẫn nhau, đúc kết ý kiến hợp lý để mọi người thống nhất, đồng lòng cùng thực hiện mà không tranh luận nữa.

Lợi hòa đồng quân: Lợi hòa là lợi ích của tự thân và các cá nhân trong đoàn thể; chúng ta cần cân nhắc đến sự lợi ích của tự thân và của tha nhân, tức lợi ích giữa người và mình phải tương đối hợp lý, thì sẽ không có lý do để xảy ra những xung đột không cần thiết.

III. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Pháp lục hòa là nguyên tắc cư xử hòa ái, tương trợ, bình đẳng giữa người và người, giữa cá nhân và đoàn thể.

Đây là đạo lý rất mực khoa học mà Đức Phật đã giáo huấn Tăng đoàn, Phật dạy "Này các Tỷ-kheo, có sáu pháp này cần phải ghi nhớ, tạo thành tương ái, tạo thành tương kính, đưa đến hòa đồng, đưa đến không tranh luận, hòa hợp, nhất trí. Thế nào là sáu? ... Này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo an trú từ thân hành; an trú từ khẩu hành; an trú từ ý hành đối với các vị đồng phạm hạnh cả trước mặt lẫn sau lưng. Đối với những tài vật nhận được đúng pháp phải san sẻ, dùng chung đối với các vị đồng phạm hạnh. Đối với các giới luật không có vi phạm, thành tựu các giới luật ấy với các vị đồng phạm hạnh. Đối với các tri kiến thuộc về bậc Thánh, Tỷ-kheo sống thành tựu tri kiến như vậy cùng với các vị đồng phạm hạnh cả trước mặt lẫn sau lưng"[3]. Sáu phương pháp này luôn luôn tạo được cách ứng xử hòa khí, bình đẳng, thống nhất trong Tăng đoàn.

Trong Phật giáo, giác ngộ, chân chánh, thanh tịnh hòa hợp là ba tính chất cao quý hơn hết. Ba tính chất đó chính là tự tánh Tam bảo - tự tánh Phật bảo là Giác; tự tánh Pháp bảo là Chánh; tự tánh Tăng bảo là thanh tịnh, hòa hợp. Trong đó, Tăng bảo là nhân tố quan trọng để hoằng dương chánh pháp của Đức Thế Tôn tại thế gian. Sự hòa hợp thanh tịnh của Tăng đoàn là nền tảng để chánh pháp được cửu trụ ta bà. Chính vì thế, Phật giáo quan niệm rằng, nếu ai phá sự hòa hợp Tăng sẽ phạm một trong năm trọng tội ngũ nghịch.

Thời Đức Phật, khi hoằng pháp độ sanh, tiếp tăng độ chúng, cũng như để trưởng dưỡng Thánh hạnh cho chư Tăng trong giáo đoàn, Ngài đã dùng nguyên tắc lục hòa

3. ĐTKVN, *KT.B, tập I*, bài Kinh Kosambiya.

này để giáo huấn cho các đệ tử ứng dụng trong quá trình tự thân tu tập và cư xử với các vị đồng phạm hạnh sống chung. Từ tư tưởng, ngôn ngữ, hành vi, giới luật, thanh quy, cho đến vật chất đều thể hiện tinh thần dân chủ, hòa hợp và bình đẳng.

Trong pháp Lục hòa có thể phân thành hai phạm trù như sau: "thân hòa đồng trụ", "khẩu hòa vô tránh" và "ý hòa đồng duyệt" là ba pháp biểu hiện sự kiểm soát nội tại của tự thân, làm nguyên tắc cho tư tưởng và hành vi trong đời sống của mỗi cá nhân. "Kiến hòa đồng giải", "giới hòa đồng tu" và "lợi hòa đồng quân" là hòa hợp về bản chất, chú trọng về sự tuân thủ pháp tắc cộng đồng, hợp lý về vật dụng ăn, mặc, ở, ngủ nghỉ trong Tăng đoàn, trong tổ chức đoàn thể.

Hai phạm trù này được trang nghiêm thì đó chính là chánh báo và y báo của mỗi cá nhân được trang nghiêm đức tướng. Do vậy, việc thúc liễm ba nghiệp, trưởng dưỡng đạo tâm là vô cùng thiết yếu đối với hành giả tu trì luôn hướng đến đời sống phạm hạnh, giác ngộ giải thoát, giải thoát tri kiến. Hơn thế nữa, việc truyền bá giáo pháp là vai trò trọng yếu của Tăng đoàn, mà bản chất của Tăng đoàn được Đức Phật dạy là "thanh tịnh, hòa hợp". Khi Tăng đoàn thể hiện được bản chất của tự thân thì Phật pháp được hưng thịnh, giáo pháp được truyền bá một cách hiệu quả, lợi ích lớn cho mọi người, cho số đông, cho chư thiên và loài người như Đức Phật từng dạy. Do đó, để Tăng đoàn đạt được bản chất "thanh tịnh, hòa hợp" mỗi hành giả phải thường xuyên hành trì và tuân thủ đúng mực pháp Lục hòa này.

Nói tóm lại, mọi hoạt động của cuộc sống con người

đều thể hiện qua ba nghiệp thân, khẩu, ý và điều kiện để phục vụ cuộc sống ấy (ăn, mặc, ở), cũng như quan điểm, nhận thức về cuộc sống đó. Giáo lý Phật giáo hướng dẫn hành giả phương cách điều tiết hành vi, cử chỉ của tự thân trong sinh hoạt đoàn thể qua nghệ thuật ứng xử trong các mối quan hệ của cuộc sống. Đó được gọi là nghệ thuật sống và nguyên tắc xây dựng cuộc sống theo pháp Lục hòa. Pháp lục hòa này, không chỉ để áp dụng và duy trì sức mạnh của Tăng đoàn, không chỉ để chánh pháp được cửu trụ ta bà, mà còn có thể áp dụng trong cuộc sống xã hội. Nếu trong xã hội, một gia đình áp dụng pháp lục hòa thì gia đình đó có cuộc sống hòa thuận, ấm êm, gia đình hạnh phúc; một tổ chức đoàn thể áp dụng pháp lục hòa, thì đoàn thể ấy sẽ phát huy được năng lực, sức mạnh của tập thể ấy; nếu một xã hội áp dụng pháp lục hòa vào cuộc sống thì xã hội đó sẽ được nhiều lợi lạc, phồn vinh, an ninh, hòa bình. Đó chính là công năng, tác dụng của sáu phương pháp hòa kính này.

***

Câu hỏi hướng dẫn học tập

1. Hãy trình bày nội dung của pháp Lục hòa?

2. Hãy trình bày tầm quan trọng của pháp Lục hòa trong Phật giáo?

3. Tác dụng của pháp Lục hòa trong đời sống gia đình, xã hội như thế nào?

Bài đọc thêm

Phật Học Phổ Thông, quyển I, "Lục hòa", Thích Thiện Hoa, Thành Hội Phật Giáo TP. Hồ Chí Minh, Ấn Hành 1997.

Tài liệu kham khảo

1. Hòa thượng Thích Minh Châu dịch, *kinh Trung Bộ, tập I*, 31. Tiểu kinh Rừng Sừng Bò, Nxb Tôn Giáo, Hà Nội 2012, trang 259. (Cūḷagosiṅga SuttaCCūḷūḷago-siagosiṅga Suttaga Sutta).

2. Hòa thượng Thích Minh Châu dịch, *kinh Tiểu Bộ 1*, kinh Phật thuyết như vậy, chương Một pháp, Nxb Tp.HCM, 1999, trang 308.

3. Hòa thượng Thích Minh Châu (dịch), *kinh Trung Bộ, tập I*, kinh Kosambiya, VNCPHVN ấn hành, 1992, trang 701.

4. Đoàn Trung Còn, *Từ Điển Phật học*, Nxb Tp.Hồ Chí Minh, 1997.

5. Hòa thượng Kim Cương Tử, *Từ điển Phật học Hán - Việt*, Nxb Khoa Học Xã Hội, 1998.

6. Hòa thượng Thích Minh Cảnh, *Từ điển Phật học Huệ Quang*, Nxb Tổng Hợp Tp. Hồ Chí Minh, 2003.

Bài 7

TỨ DIỆU ĐẾ
(KHỔ THÁNH ĐẾ)

(P. *Dukkha-ariyasacca*; H. 苦聖諦)

Khổ hay dukkha là một đề tài hết sức quan trọng trong đạo Phật. Nó là thuộc tính của các hành hay pháp hữu vi, do Đức Phật tự thân chứng ngộ và tuyên thuyết nhằm gợi mở cho nhân loại con đường giác ngộ, con đường giải thoát, đi ra khỏi khổ đau. Trong phần đúc kết về 45 năm thuyết pháp độ sinh, Đức Phật xác nhận Ngài chỉ nói lên hai vấn đề: Khổ và sự diệt khổ. Khổ hay dukkha do đó trở thành giáo lý trọng tâm của đạo Phật. Nó được nói đến ngay trong bài thuyết giảng đầu tiên của Đức Thế Tôn dành cho cuộc đời gọi là Chuyển pháp luân. Như vậy, khổ hay dukkha là luận đề quan trọng cần được nhận thức và nắm bắt bởi mọi người con Phật, vì nó là khởi điểm của đường hướng thực hành Phật giáo hay của giáo lý thoát khổ. Kinh Pháp cú nói rõ như vầy:

"Thấy khổ và khổ tập,
Thấy sự khổ vượt qua,

Thấy Thánh đạo tám ngành,
Đưa đến khổ đoạn tận".

I. ĐỊNH NGHĨA:

Mở đầu bài pháp đầu tiên giảng cho năm người bạn cũ từng tu khổ hạnh với Ngài, Đức Phật khuyên các ẩn sĩ này nên tránh xa hai lối sống cực đoan - khắc kỷ khổ hạnh và hưởng thụ dục lạc - và nên thực hành theo con đường Trung đạo (P. *Majjhimā-paṭipadā*; H. 中道) - Bát Chánh đạo (P. *Aṭṭhaṅgika-magga*; H. 八正道), con đường đi ra khỏi khổ đau. Để giúp cho mọi người nhận rõ con đường thực sự đi ra khỏi khổ đau, Đức Phật thuyết giảng bài kinh Chuyển Pháp Luân (P. *Dhammacakkappavattana*; H. 轉法輪), nhấn mạnh đến bốn luận đề căn bản của đường hướng giải thoát khổ đau do Ngài chứng ngộ gọi là Tứ Thánh đế (P. *Cattaru ariyasaccani*; H. 四聖諦), gồm Khổ Thánh đế, Khổ tập Thánh đế, Khổ diệt Thánh đế, Khổ diệt đạo Thánh đế[1]. Trong phần thứ nhất nói về Khổ Thánh đế, Đức Thế Tôn nêu rõ:

"Đây là Thánh đế về Khổ, này các Tỷ-kheo. Sanh là khổ, già là khổ, bệnh là khổ, chết là khổ, sầu, bi, khổ, ưu, não là khổ, oán gặp nhau là khổ, ái biệt ly là khổ, cầu không được là khổ. Tóm lại, năm thủ uẩn là khổ"[2].

II. GIẢI THÍCH CÁC THUẬT NGỮ:

Để hiểu rõ hơn ý nghĩa Khổ Thánh đế (P. *Dukkha-ari-*

1. Có nhiều cách dịch về Tứ Thánh Đế, ví dụ: sự thật về khổ, sự thật về nguyên nhân của khổ, sự thật về sự diệt khổ và sự thật về con đường đưa đến diệt khổ...

2. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 783, Nxb Tôn giáo, 2013.

ya-sacca; H. 苦聖諦) hay sự thật về khổ đau do Đức Phật chứng ngộ và tuyên thuyết, chúng ta điểm qua phần giải thích khá chi tiết của Tôn giả Xá-lợi-phất về các hình thái khổ đau:

"Này chư Hiền, thế nào là sanh? Mỗi mỗi hạng chúng sanh, trong từng giới loại, sự xuất sản, xuất sanh, xuất thành, tái sanh của chúng, sự xuất hiện các uẩn, sự hoạch đắc các căn. Này chư Hiền, như vậy gọi là sanh.

Này chư Hiền, thế nào là già? Mỗi mỗi hạng chúng sanh, trong từng giới loại, sự niên lão, sự hủy hoại, trạng thái rụng răng, trạng thái tóc bạc, da nhăn, tuổi thọ rút ngắn, các căn hủy hoại. Này chư Hiền, như vậy gọi là già.

Này chư Hiền, thế nào là chết? Mỗi mỗi hạng chúng sanh trong từng giới loại, sự tạ thế, sự từ trần, thân hoại, sự diệt vong, sự chết, sự tử vong, thời đã đến, các uẩn đã tận diệt, sự vất bỏ tử thi. Này chư Hiền như vậy gọi là chết.

Này chư Hiền, thế nào là sầu? Này chư Hiền, với những ai gặp phải tai nạn này hay tai nạn khác; với những ai cảm thọ sự đau khổ này hay sự đau khổ khác, sự sầu của người ấy. Này chư Hiền, như vậy gọi là sầu.

Này chư Hiền, thế nào là bi? Này chư Hiền, với những ai gặp phải tai nạn này hay tai nạn khác; với những ai cảm thọ sự đau khổ này hay sự đau khổ khác, sự bi ai, sự bi thảm, sự than vãn, sự than khóc, sự bi thán, sự bi thống của người ấy. Này chư Hiền, như vậy gọi là bi.

Này chư Hiền, thế nào là khổ? Này chư Hiền, sự đau khổ về thân, sự không sảng khoái về thân, sự đau khổ do thân cảm thọ, sự không sảng khoái do thân cảm thọ. Này chư Hiền, như vậy gọi là khổ.

Này chư Hiền, thế nào là ưu? Này chư Hiền, sự đau khổ về tâm, sự không sảng khoái về tâm, sự đau khổ do tâm cảm thọ, sự không sảng khoái do tâm cảm thọ. Này chư Hiền, như vậy gọi là ưu.

Này chư Hiền, thế nào là não? Này chư Hiền, với những ai gặp tai nạn này hay tai nạn khác; với những ai cảm thọ sự đau khổ này hay sự đau khổ khác, sự áo não, sự bi não, sự thất vọng, sự tuyệt vọng của người ấy. Này chư Hiền, như vậy gọi là não.

Này chư Hiền, thế nào là cầu bất đắc khổ? Này chư Hiền, chúng sanh bị sanh chi phối, khởi sự mong cầu: "Mong rằng ta khỏi bị sanh chi phối! Mong rằng ta khỏi phải đi thác sanh". Lời mong cầu ấy không được thành tựu. Như vậy gọi là cầu bất đắc khổ. Này chư Hiền, chúng sanh bị già chi phối... chúng sanh bị bệnh chi phối... chúng sanh bị chết chi phối... chúng sanh bị sầu, bi, khổ, ưu, não chi phối, khởi sự mong cầu: "Mong rằng ta khỏi bị sầu, bi, khổ, ưu, não chi phối!". Mong rằng ta khỏi đương chịu sầu, bi, khổ, ưu não!" Lời mong cầu ấy không được thành tựu. Như vậy gọi là cầu bất đắc khổ.

Này chư Hiền, như thế nào là tóm lại, năm thủ uẩn là khổ? Như sắc thủ uẩn, thọ thủ uẩn, tưởng thủ uẩn, hành thủ uẩn, thức thủ uẩn. Này chư Hiền, như vậy là tóm lại, năm thủ uẩn là khổ"[3].

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

Các định nghĩa và giải thích trên nói rõ ý nghĩa của Khổ

3. ĐTKVNNT, tập 3, *KT.B,tập II*, tr. 590-591, Nxb Tôn giáo, 2012.

Thánh đế, tức sự thật khổ đau về con người và về cuộc đời do chính Đức Phật chứng ngộ và giảng dạy. Theo quan niệm của đạo Phật thì khổ hay dukkha là thuộc tính của mọi hiện hữu, vật chất cũng như tâm lý. Tất cả pháp hữu vi, chịu sự sinh diệt, chịu sự đổi khác, đều là khổ. Con người là khổ, cuộc đời là khổ; vì chúng là hiện tượng kết hợp, do duyên sinh, chịu sự thay đổi, đi đến hoại diệt, không ai can thiệp được. Đó là quan niệm của đạo Phật về khổ, theo đó khổ được xem là một đặc tính (pháp ấn) của pháp hữu vi và được thâu tóm trong câu "Tóm lại, năm thủ uẩn là khổ".

Năm thủ uẩn (sắc thủ uẩn, thọ, tưởng, hành, thức thủ uẩn) là một thuật ngữ chỉ cho con người hay cá thể vốn là một hiện tượng duyên sinh, do sự kết hợp của các yếu tố vật lý và tâm lý mà có mặt. Sự có mặt hay hiện hữu của con người (năm thủ uẩn) như vậy là khổ, vì nó là pháp hữu vi, (do vô minh, tham ái, chấp thủ tạo ra), chịu sự thay đổi, biến diệt, không ai làm chủ được. Nói khác đi, sự hiện diện của con người (năm thủ uẩn) chính là sự hiện diện của khổ đau, vì nó là điều kiện cho khổ quy tụ và hiện hành. Luận Thanh tịnh đạo cho rằng, giống như nhiên liệu làm mồi cho lửa, như tấm bia thu hút tên bắn, như thân con bò hấp thu ruồi nhặng, như đồng lúa chín lôi cuốn đám thợ gặt, như khu làng thu hút bọn cướp; cũng vậy, những nỗi khổ sanh, già, chết... được sinh ra trong năm uẩn như cỏ, dây leo mọc trên đất, như hoa trái, mầm mộng ở trên thân cây[4]. Giải thích câu "Tóm lại, năm thủ uẩn là khổ", *Thanh Tịnh Đạo* nêu rõ:

4. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo, tập II*, tr. 854-855, Nxb Tôn giáo, 2001.

"Năm thủ uẩn có sanh là cái khổ đầu tiên, già là khổ chặng giữa, chết là khổ chặng cuối. Khổ nung nấu tâm can nạn nhân của nỗi đau đớn đe dọa sự chết chóc, thì gọi là "sầu". Khổ dưới hình thức khóc than ở nơi người không chịu đựng nổi, gọi là "bi". Cái khổ do thân tứ đại bị xáo trộn gọi là "khổ". Nỗi khổ bức bách tâm hồn kẻ phàm phu khi phải đương đầu với nỗi đau thể xác, thì gọi là "ưu". Khổ ngấm ngầm nơi một kẻ có nhiều khổ đau chồng chất gọi là "não". Khổ do thất vọng nơi những người mà niềm mong ước bị ngang trái phũ phàng, gọi là "cầu bất đắc khổ". Bởi thế, khi xét những khía cạnh khác nhau, ta thấy rằng chung quy, năm uẩn bị chấp thủ (cho là bản ngã của mình) chính là khổ. Nói làm sao xiết, tất cả những nỗi khổ muôn màu, muôn vẻ, dù có trải qua nhiều đời, kiếp cũng không nói cho hết được. Bởi vậy, Đức Thế Tôn dạy: "Nói tóm lại, năm uẩn thủ uẩn là khổ", để ám chỉ rằng, tóm lại, tất cả khổ đều hiện hữu trong mỗi uẩn bị chấp thủ, cũng như vị mặn của biển được tìm thấy trong mỗi giọt nước biển"[5].

Nhìn chung, khổ là thuộc tính (pháp ấn) của các hành hay pháp hữu vi, nghĩa là có mặt trong dục giới, sắc giới, vô sắc giới; vì vậy, đạo Phật nói đến ba loại khổ: khổ khổ, hoại khổ, hành khổ; để lưu nhắc với mọi người rằng không chỉ có con người hay cảnh giới loài người mà hết thảy tam giới đều là khổ, đều bị khổ đau bức bách, vì chúng là pháp hữu vi, do duyên sinh, chịu sự thay đổi, bị biến diệt, hoại diệt. Luận Thanh Tịnh Đạo cắt nghĩa về ba loại khổ:

"Cảm thọ khổ về thân và tâm gọi là khổ khổ, vì tự tính

5. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo, tập II*, tr. 855, Nxb Tôn giáo, 2001.

nó là khổ, tên nó là khổ, và vì nó đau đớn thực sự. Cảm thọ lạc về thân và tâm gọi là hoại khổ, vì đó là nhân sinh ra khổ khi cảm thọ ấy biến hoại. Xả thọ và các hành khác trong ba cõi là hành khổ, vì chúng bị bức bách trong sinh diệt"[6].

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Nhận thức đầy đủ về khổ đau hay liễu tri về Khổ Thánh đế là bước đi thứ nhất trong lộ trình nỗ lực thực hành con đường giải thoát, đi ra khỏi khổ đau. Tựa như vị y sĩ phải hiểu rõ bệnh tình, chẩn đoán bệnh lý rồi mới kê đơn trị bệnh; cũng vậy, người học Phật mong muốn được giải thoát khổ đau thì trước hết cần phải nhận thức rõ về khổ đau rồi mới tiếp tục thực hiện các bước tiếp theo là tìm hiểu nguyên nhân sinh khởi và đoạn diệt của khổ đau và sau cùng là ứng dụng cách thức hay con đường đi ra khỏi khổ đau. Vì vậy, nhận thức hay quán sát về khổ đau là hết sức quan trọng đối với người học Phật. Nó có những tác dụng lợi lạc cụ thể tùy thuộc vào các mức độ nhận thức khác nhau. Chẳng hạn, cảm thức về khổ đau nhân sinh sẽ đưa đến thái độ sống tốt đẹp cho con người như sự cảm thông, lòng thương mến chúng sinh bị khổ đau, sự quyết tâm không làm điều ác, nỗ lực làm các việc phước lành, loại bỏ tâm tham dục, từ bỏ cống cao ngã mạn...

Ở một cấp độ nhận thức sâu hơn thì khổ có công năng nhắc nhở, thôi thúc ý chí người học Phật cần phải nhanh chóng tìm ra con đường giải thoát khổ đau. Đức Phật nói cho chúng ta biết rằng đồ ưu tư trăn trở nhiều về khổ đau

6. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo, tập II*, tr. 846, Nxb Tôn giáo, 2001.

của tự thân nên Ngài đã quyết chí xuất gia tìm kiếm con đường thoát khổ gọi là Thánh cầu. Ngài nói lại kinh nghiệm ấy như sau:

"Này các Tỷ-kheo, trước khi giác ngộ, khi chưa chứng Chánh Đẳng Giác, khi còn là Bồ-tát, Ta, tự mình bị sanh lại tìm cầu cái bị sanh, tự mình bị già lại tìm cầu cái bị già, tự mình bị bệnh... tự mình bị chết... tự mình bị sầu"... tự mình bị ô nhiễm lại tìm cầu cái bị ô nhiễm. Này các Tỷ-kheo, rồi Ta suy nghĩ như sau: "Tại sao Ta, tự mình bị sanh lại tìm cầu cái bị sanh, tự mình bị già... tự mình bi ô nhiễm lại tìm cầu cái bị ô nhiễm? Vậy Ta, tự mình bị sanh, sau khi biết rõ sự nguy hại của bị sanh, hãy tìm cầu cái không sanh, vô thượng an ổn khỏi các khổ ách, Niết-bàn; tự mình bị già... cái không già... tự mình bị bệnh... cái không bệnh... tự mình bị chết... cái bất tử... tự mình bị sầu... cái không sầu... tự mình bi ô nhiễm, sau khi biết rõ sự nguy hại của cái bị nhiễm, hãy tìm cầu cái không ô nhiễm, vô thượng an ổn khỏi các khổ ách, Niết-bàn"[7].

Trong một văn cảnh khác, Đức Thế Tôn nói cho chúng ta thêm một kinh nghiệm:

"Thuở xưa, này các Tỷ-kheo, trước khi Ta giác ngộ, chưa chứng Chánh Đẳng Giác, còn là Bồ-tát, tư tưởng sau đây được khởi lên: "Thật sự thế giới này bị hãm hại trong khổ não, bị sanh, bị già, bị chết, bị đoạn diệt và bị tái sanh; và từ nơi đau khổ này, không biết sự xuất ly, thoát khỏi già chết; từ nơi đau khổ này, không biết khi nào được biết đến

7. ĐTKVNNT, tập 2, *KT.B, tập I*, tr. 214, Nxb Tôn giáo, 2012.

sự xuất ly già chết"[8].

Với những suy nghĩ sâu sắc như vậy về khổ đau, Ngài đã tập trung tâm trí vào việc xem xét về nguyên nhân đưa đến khổ đau và đã phát hiện ra lý Duyên khởi cho thấy sở dĩ sanh, già, chết... hay "toàn bộ khổ uẩn" có mặt là do sự sinh khởi và có mặt của vô minh, hành, thức, ái, thủ...

***

8. ĐTKVNNT, tập 4, *KTUB, tập I*, tr. 379, Nxb Tôn giáo, 2013.

Câu hỏi hướng dẫn học tập:

1. Định nghĩa về Khổ Thánh đế.

2. Giải thích về các thực trạng khổ đau nhân sinh.

3. Giải thích ý nghĩa câu "tóm lại, năm thủ uẩn là khổ".

4. Nhận thức Khổ Thánh đế có tác dụng thế nào đối với đời sống hướng thiện của người con Phật?

5. Liễu tri về Khổ Thánh đế có ý nghĩa thế nào đối với mục tiêu tu tập giải thoát khổ đau?

Bài đọc thêm:

1. W. Rahula, *Diệu đế thứ nhất: Dukkha (Khổ đế)*, Đức Phật đã dạy những gì, Chương hai), Thích Nữ Trí Hải dịch, Nxb Tôn giáo, 2000.

2. Thích Chơn Thiện, *Tứ Thánh đế, Phật học khái luận*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1997.

3. Thích Viên Giác, *Bốn chân lý, Phật học cơ bản*, tập 1, Nxb Tôn giáo, 2003.

Tài liệu tham khảo:

1. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, tập 2, *kinh Trung Bộ, tập I*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn giáo, 2012.

2. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, tập 3, *kinh Trung Bộ, tập II*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn giáo, 2012.

3. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, tập 4, *kinh Tương Ưng Bộ, tập I*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn giáo, 2013.

4. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, tập 5, *kinh Tương Ưng Bộ, tập II*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn giáo, 2013.

5. Thích Chơn Thiện, *Phật học khái luận*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1997.

6. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh tịnh đạo, tập II*, Nxb Tôn giáo, 2001.

7. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Đức Phật đã dạy những gì*, Nxb Tôn giáo, 2000.

8. Ban Hoằng pháp Trung ương, *Phật học cơ bản, tập 1*, Nxb Tôn giáo, 2003.

Bài 8

TỨ DIỆU ĐẾ
(KHỔ TẬP THÁNH ĐẾ)

(*Dukkha-samudayaariyasacca*; H. 苦輯聖諦)

Khổ tập là Thánh đế thứ hai trong bốn Thánh đế mà Đức Phật đã trình bày trong bài pháp thứ nhất của Ngài gọi là Chuyển pháp luân. Nó là Thánh đế hay chân lý cao cả nói về nguyên nhân đưa đến sự sinh khởi của khổ đau, do chính Đức Phật chứng ngộ khi Ngài chú tâm xem xét về nguyên nhân của già, chết và phát hiện ra quy luật vận hành của các chi phần nhân duyên dẫn đến sự sinh khởi hay có mặt của già, chết hay của "toàn bộ khổ uẩn" gọi là lý Duyên khởi. Như vậy, Khổ tập Thánh đế không gì khác là lý duyên sinh được nói đến trong giáo lý Duyên khởi. Vì vậy, tìm hiểu về Khổ tập Thánh đế cơ bản là tìm hiểu về lý duyên sinh hay nguyên lý sinh khởi do nhân duyên của khổ đau để tập trung vào việc đoạn trừ gốc rễ khổ đau. Nó là bước nỗ lực thứ hai trong lộ trình tu tập đi ra khỏi khổ đau được nói đến trong giáo lý Tứ Thánh đế của đạo Phật.

I. ĐỊNH NGHĨA:

Trong phần giảng về nguyên nhân của khổ đau ở bài

pháp đầu tiên, Đức Thế Tôn định nghĩa như sau về Khổ tập Thánh đế (P. *Dukkha- samudaya-ariyasacca*; H. 苦輯聖諦):

"Đây là Thánh đế về Khổ tập, này các Tỷ-kheo. Chính là ái này đưa đến tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia. Tức là dục ái, hữu ái, phi hữu ái"[1].

II. GIẢI THÍCH CÁC THUẬT NGỮ:

Để hiểu rõ hơn ý nghĩa hàm súc trong định nghĩa về Khổ tập Thánh đế, một vài câu nói và thuật ngữ sau đây cần được làm sáng tỏ:

Câu "Chính ái này đưa đến tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia" có nghĩa là không gì khác chính tham ái, một trong số 12 chi phần của công thức Duyên khởi, hay lòng ham muốn đối với các trần cảnh (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) là nguyên nhân đưa đến khổ đau, hay nói cách khác, ái chính là động cơ khiến vô minh, hành, thức và các chi phần khác của hệ thống Duyên khởi sinh khởi và vận hành dẫn đến khổ đau hiện hữu. Ái được xem là nguyên nhân của khổ đau, vì nó dấy khởi khiến cho toàn bộ hệ thống Duyên khởi sinh khởi và vận hành đưa đến khổ dau có mặt và vì nó là ước muốn hiện hữu, thích thú hiện hữu, tìm kiếm hiện hữu, khiến cho một đời sống mới tiếp tục hiện hữu ở cõi này hay cõi khác trong luân hồi sinh tử gọi là đưa đến tái sanh.

Dục ái (P. *Kāma-taṇhā*; H. 欲愛) tức là sự ham muốn, đam mê, thích thú đối với sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp

1. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 783, Nxb Tôn giáo, 2013.

hay còn gọi là sáu ái thân gồm sắc ái, thanh ái, hương ái, vị ái, xúc ái và pháp ái.

Hữu ái (P. *Bhava-taṇhā*; H. 有愛) cũng chính là dục ái nhưng sinh khởi ở nơi người chấp thường kiến, cho rằng có một bản ngã thường hằng, tồn tại mãi mãi, không thay đổi, không biến diệt.

Phi hữu ái (P. *Vibhavatanhā*; H. 非有愛) cũng là dục ái nhưng sinh khởi ở nơi người chấp đoạn kiến, cho rằng tất cả đều tiêu diệt, hủy diệt, không có gì tồn tại sau khi chết.

Luận Thanh Tịnh Đạo phân loại các hình thái của ái như sau:

"Khi sắc ái sanh khởi, thích thú một đối tượng đi vào sự chú ý của mắt và thích thú theo kiểu tham dục, thì gọi là dục ái. Nhưng khi cùng một khát ái ấy sanh khởi kèm theo thường kiến, cho rằng đối tượng đó là trường cửu, bất diệt, thì gọi là hữu ái. Khi khát ái ấy sanh khởi kèm theo đoạn kiến, cho rằng vật ấy sẽ tan rã, hoại diệt, thì gọi là phi hữu ái, vì khi tham câu hữu đoạn kiến thì gọi là phi hữu ái. Cũng vậy trong trường hợp khát ái đối với thanh. Những ái này cộng thành 18 thứ, 18 ái này đối với tự sắc, dáng dấp của chính mình, cùng với 18 ái đối với ngoại sắc, dáng dấp người khác, thành 36 loại; 36 trong quá khứ, 36 trong vị lai và 36 trong hiện tại làm thành 108 ái, rút lại chỉ có 6 là ái đối với sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Rút lại nữa thì chỉ có ba, là dục ái, hữu ái, phi hữu ái"[2].

2. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo, tập II*, tr. 955, Nxb Tôn giáo, 2001.

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

Các định nghĩa và giải thích trên nói rõ rằng ái hay lòng ham muốn đối với sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp là nguyên nhân đưa đến sự sinh khởi của khổ đau, tức sự tái sanh hay sự tiếp tục hiện hữu của khổ đau ở trong sinh tử luân hồi. Theo công thức Duyên khởi thì ái không trực tiếp đưa đến tái sanh, không trực tiếp đưa đến sanh, già, chết... nhưng nó là động lực thôi thúc khiến cho tái sanh hay sanh, già, chết... xảy ra. Nó là sự chuyển động của cả hệ thống Duyên khởi dẫn đến khổ đau. Nói cách khác, ái sinh khởi tức là vô minh sinh khởi, hành sinh khởi, thức sinh khởi... đưa đến sanh, già, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não hiện hành. Khổ tập Thánh đế do đó không gì khác là sự trình bày về quy trình sinh khởi và vận hành của công thức Duyên khởi, với sự nhấn mạnh đến ái như là chi phần chủ yếu khiến toàn bộ hệ thống Duyên khởi vận hành tức khổ đau có mặt.

Đức Phật không nói vô minh, hành, thức hay các chi phần khác của công thức Duyên khởi nhưng nhấn mạnh ái là nguyên nhân đưa đến khổ đau. Đây là một cách giảng dạy hết sức thiện xảo của bậc Giác ngộ. Ái là chi phần tương đối dễ nắm bắt đối với tâm thức con người. Nó là tâm lý luyến ái, thích thú, yêu mến, ham muốn những gì mà con người ta cảm nhận được hay nhận thức được, mong muốn chúng tiếp tục kéo dài, tồn tại mãi mãi. Nhưng con người và hết thảy những gì mà con người nhận thức được đều là pháp duyên sinh, thay đổi liên tục, không thường hằng, không tồn tại mãi. Vì vậy, chính sự khao khát mê lầm hay tâm lý ái ngã do vô minh dẫn dắt như vậy là động cơ của các hành động (nghiệp) mê lầm đưa đến tái sinh hay sự tiếp tục của khổ đau trong vòng luân hồi. Đây là lý do vì

sao Đức Phật dạy ái là nguyên nhân của khổ đau cần phải đoạn trừ, vì nó chính là biểu hiện của vô minh, là động cơ của các hành động mê lầm khiến khổ đau sinh khởi và tiếp tục kéo dài không dứt.

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Nhận biết tham ái là nguyên nhân mê lầm gây nên khổ đau chính là tín hiệu đáng vui mừng của người học Phật, bởi từ đây mọi bí ẩn về khổ đau thường được xem là bí ẩn về con người và cuộc đời hầu như được soi sáng. Con người sẽ khắc phục được khổ đau hay sẽ chấm dứt khổ đau hoàn toàn; bao lâu chế ngự được hay chiến thắng được lòng khát ái mê lầm. Hẳn nhiên đây phải là công phu thiền quán lâu dài, vì tham ái là tập khí tiềm tàng rất sâu đậm trong tâm thức con người.

Có thể hiểu rằng hết thảy các pháp môn tu tập được đề xuất bởi đạo Phật, chẳng hạn như bố thí, trì giới, nhẫn nhục, thiền định, trí tuệ... đều nhằm mục đích giúp cho con người từng bước chế ngự tham ái, khắc phục nguyên nhân gây nên khổ đau, hướng đến đoạn tận tham ái, chấm dứt hoàn toàn khổ đau. Vì vậy, cùng với việc nhận thức rõ tham ái là nguyên nhân của mọi khổ đau, người Phật tử cần phải hành sâu về giới, định, tuệ hay thể hiện nếp sống phát triển về giới đức, tâm đức, tuệ đức thì tham ái hay lòng ham muốn sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp mới dần dần được chế ngự và loại trừ. Cụ thể nhất là thực hành nếp sống phòng hộ các căn (phòng hộ các căn) để tâm thức thường xuyên được nhận diện và nhiếp phục kịp thời, tránh cho nó khỏi rơi vào tham ái, hay quán niệm về sáu nội, ngoại xứ để thấy rõ hết thảy những gì mà mình yêu mến, thích thú,

luyến ái đều là pháp duyên sinh, vô thường, biến hoại, khổ đau, cần phải nhàm chán, từ bỏ chúng. Đây chính là cách thức nhiếp phục tham ái, đoạn tận tham ái, đưa đến chấm dứt khổ đau.

***

Câu hỏi hướng dẫn học tập:

1. Định nghĩa về Khổ tập Thánh đế.

2. Vì sao Ái được xem là nguyên nhân của khổ đau?

3. Hiểu rõ Ái là nguyên nhân của khổ đau có tác dụng thế nào đối với đời sống tu tập của người con Phật?

4. Nêu rõ một vài pháp môn giúp đoạn trừ Ái, nguyên nhân của khổ đau?

Bài đọc thêm:

1. W. Rahula, Diệu đế thứ hai: Tập (Samudaya): Nguyên nhân của khổ, Đức Phật đã dạy những gì, Thích Nữ Trí Hải dịch, Nxb Tôn giáo, 2000.

2. Thích Chơn Thiện, *Phật học khái luận*, Tứ Thánh đế, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1997.

3. Thích Viên Giác, *Phật học cơ bản*, Bốn chân lý, tập 1, Nxb Tôn giáo, 2003.

Tài liệu tham khảo:

1. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, tập 5, *kinh Tương Ưng Bộ, tập II*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn giáo, 2013.

2. Thích Chơn Thiện, *Phật học khái luận*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1997.

3. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh tịnh đạo, tập II*, Nxb Tôn giáo, 2001.

4. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Đức Phật đã dạy những gì*, Nxb Tôn giáo, 2000.

5. *Phật học cơ bản, tập 1*, Ban Hoằng pháp Trung ương, Nxb Tôn giáo, 2003.

Bài 9

TỨ DIỆU ĐẾ
(KHỔ DIỆT THÁNH ĐẾ)

(P. *Dukkha-nirodha-ariyasacca*; H. 苦滅聖諦)

Khổ diệt là Thánh đế thứ ba trong giáo lý Tứ Thánh đế của đạo Phật. Đó là Thánh đế hay sự thật cao cả nói về sự đoạn diệt khổ đau do chính Đức Phật tự thân chứng ngộ khi Ngài chú tâm quán sát về nhân duyên đưa đến già, chết đoạn diệt khiến khổ đau đoạn diệt theo lý duyên diệt. Vì vậy, Khổ diệt Thánh đế không gì khác chính là lý duyên diệt được nói đến trong giáo lý Duyên khởi. Nó là mục đích cứu cánh của mọi nỗ lực Phật giáo. Việc tìm hiểu về Khổ diệt Thánh đế, do đó, cũng đồng nghĩa với việc tìm hiểu về lý duyên diệt hay nguyên lý đoạn diệt khổ đau do nhân duyên được nhấn mạnh trong giáo lý Duyên khởi. Đó chính là sự đoạn trừ, dập tắt cội rễ của khổ đau là tham ái, vô minh hay bất kỳ chi phần nào trong 12 chi của công thức Duyên khởi.

I. ĐỊNH NGHĨA:

Đức Thế Tôn đã nêu rõ ý nghĩa Khổ diệt Thánh đế (P. *Dukkha-nirodha-ariyasacca*; H. 苦滅聖諦), trong khi

nhấn mạnh về sự đoạn diệt khổ đau, mục đích cứu cánh trong giáo lý giải thoát của Ngài:

"Đây là Thánh đế về Khổ diệt, này các Tỷ-kheo, chính là ly tham, đoạn diệt, không có dư tàn khát ái ấy, sự quăng bỏ, từ bỏ, giải thoát, không có chấp trước"[1].

II. GIẢI THÍCH CÁC THUẬT NGỮ:

Trong phần định nghĩa về Khổ tập Thánh đế, Đức Thế Tôn đã xác nhận rằng chính tham ái (P. *Kāmataṇhā*; H. 貪愛), một trong số 12 chi phần của công thức Duyên khởi, hay lòng ham muốn đối với các trần cảnh (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) là nguyên nhân đưa đến khổ đau, vì nó là động cơ khiến cho một đời sống mới tiếp tục hiện hữu ở cõi này hay cõi khác trong vòng luân hồi khổ đau gọi là tái sanh. Chính vì vậy mà để chấm dứt sự kiện khổ đau hay khiến cho sự khổ đau được đoạn diệt, không còn tiếp diễn thì cần phải loại bỏ cái nguyên nhân làm phát sinh khổ đau. Câu nói "chính là ly tham, đoạn diệt, không có dư tàn khát ái ấy, sự quăng bỏ, từ bỏ, giải thoát, không có chấp trước" xác nhận rất rõ ý nghĩa khổ diệt theo quan niệm của đạo Phật, tức là sự đoạn diệt hoàn toàn, cắt tận gốc rễ cái nguyên nhân mê lầm gây nên khổ đau là tham ái, được biết qua ba hình thái là dục ái, hữu ái và phi hữu ái.

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

Các định nghĩa và giải thích về tham ái, nguyên nhân đưa đến sự sinh khởi của khổ đau, tức sự tái sanh hay sự tiếp tục hiện hữu của khổ đau ở trong sinh tử luân hồi mà

1. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 783, Nxb Tôn giáo, 2013.

chúng ta đã điểm qua trong phần nói về Khổ tập Thánh đế cho thấy gốc rễ của khổ đau nằm ở tham ái - ái sinh tức khổ sinh, và vì vậy sự đoạn diệt hay chấm dứt khổ sẽ không gì khác chính là diệt đi cái nguyên nhân gây nên khổ đau - ái diệt tức khổ diệt. Luận sư Phật Âm (P. *Buddhghosa*; H. 佛音) cho rằng nói về diệt khổ cũng là nói về diệt cái nguyên nhân của khổ, tức khát ái. Vì sự chấm dứt khổ phát sinh đồng thời với chấm dứt nguồn gốc khổ, không có cách nào khác. Chính vì khổ chỉ diệt khi nguồn gốc khổ cũng diệt, nên khi dạy về diệt khổ, Đức Thế tôn chỉ dạy sự chấm dứt cái nguồn gốc khổ[2]. *Kinh Pháp Cú* nêu rõ:

"*Như cây bị chặt đốn,*
Gốc chưa hại vẫn bền;
Ái tùy miên chưa nhổ,
Khổ này vẫn sanh hoài" (PC 338).

Tuy nhiên, Đức Thế Tôn cũng xác nhận:

"*Ai sống trong đời này,*
Ái dục được hàng phục,
Sầu rơi khỏi người ấy,
Như giọt nước lá sen"[3].

Có một số thuật ngữ và khái niệm được xem là tương đương khi nói về sự diệt khổ, chẳng hạn ái tận (P. *Tanhākkhaya*; H. 愛蓋), thủ diệt (P. *Upādāna-kkhaya*; H. 取滅), hữu diệt (P. *Bhavanirodha*; H. 有滅), vô tham (P.

2. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo, tập II*, tr. 856, Nxb Tôn Giáo, 2001.

3. Thích Minh Châu (dịch) *Kinh Pháp Cú*, Kệ 336.

Virāga; H. 無貪), giải thoát (P. *Vimutti*; H. 解脫), Niết-bàn (P. *Nibbāna*; H. 涅槃), bất tử (P. *Amata*; H. 不死), vô vi (P. *Asamkhata*; H. 無爲). Tất cả các từ ngữ này chỉ cho sự đoạn diệt hay chấm dứt khổ đau và chúng đồng nghĩa với Niết-bàn. "Vì theo nghĩa tuyệt đối, chính Niết-bàn gọi là "Thánh đế về sự diệt khổ". Nhưng vì khát ái tàn tạ, chấm dứt khi đạt đến Niết-bàn, nên Niết-bàn được gọi là diệt. Và vì khi đạt Niết-bàn, thì có sự từ bỏ khát ái (đối với các cõi), không còn lệ thuộc bất cứ hệ lụy nào như năm dục trưởng dưỡng, vv... nên Niết-bàn còn gọi là xả ly, từ bỏ, buông ra, hết hệ lụy"[4]. Sau đây là một vài lối diễn tả về Khổ diệt Thánh đế trong kinh tạng Nikāya:

"Đoạn diệt khát ái, này Rādha, là Niết-bàn"[5].

"Chư Hiền, thế nào là đoạn diệt của khổ? Đó là sự đoạn diệt, ly tham, không có dư tàn, sự quăng bỏ, sự từ bỏ, sự giải thoát, sự vô chấp khát ái ấy"[6].

"Do hữu diệt là Niết-bàn"[7].

"Sự diệt, sự lắng dịu, sự chấm dứt của mắt là sự diệt của khổ, sự lắng dịu của bệnh hoạn, sự chấm dứt của già chết. Sự diệt, sự lắng dịu, sự chấm dứt của tai... của mũi... của lưỡi... của thân... của ý là sự diệt của khổ, sự lắng dịu của bệnh hoạn, sự chấm dứt của già chết"[8].

"Sự diệt, sự lắng dịu, sự chấm dứt của sắc là sự diệt của

4. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo, tập II*, tr. 857, Nxb Tôn giáo, 2001.

5. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 44, Nxb Tôn giáo, 2013.

6. ĐTKVNNT, tập 2, *KT.B, tập I*, tr. 77, Nxb Tôn giáo, 2012.

7. ĐTKVNNT, tập 4, *KTƯB, tập I*, tr. 473, Nxb Tôn giáo, 2013.

8. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 67, Nxb Tôn giáo, 2013.

khổ, sự lắng dịu của bệnh hoạn, sự chấm dứt của già chết. Sự diệt, sự lắng dịu, sự chấm dứt của thanh... của hương... của vị... của xúc... của pháp là sự diệt của khổ, sự lắng dịu của bệnh hoạn, sự chấm dứt của già chết"[9].

"Với sự đoạn trừ, ly tham, đoạn diệt, xả bỏ, vứt bỏ tất cả ảo tưởng tất cả hôn mê, của tất cả ngã kiến, ngã sở kiến, mạn tùy miên, mà Như Lai được giải thoát, không còn chấp thủ"[10].

"Này Hiền giả, đoạn tận tham, đoạn tận sân, đoạn tận si, đây gọi là Niết-bàn"[11].

Này các Tỷ-kheo, sự đoạn tận tham, sự đoạn tận sân, sự đoạn tận si. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là vô vi[12].

"Đồng nghĩa với Niết-bàn giới là nhiếp phục tham, nhiếp phục sân, nhiếp phục si, cũng được gọi là đoạn tận các lậu hoặc"[13].

"Đoạn tận tham, đoạn tận sân, đoạn tận si, này Tỷ-kheo, được gọi là bất tử"[14].

"Sự ly tham, đoạn diệt vô minh không có dư tàn... sự tịnh chỉ tất cả hành, sự từ bỏ tất cả sanh y, sự đoạn tận tham ái, ly tham, đoạn diệt, Niết-bàn"[15].

Nhìn chung, Khổ diệt Thánh đế xác nhận với chúng ta

9. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 67, Nxb Tôn giáo, 2013.
10. ĐTKVNNT, tập 2, *KT.B, tập I*, tr. 594, Nxb Tôn giáo, 2012.
11. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 315, Nxb Tôn giáo, 2013.
12. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 399, Nxb Tôn giáo, 2013.
13. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 440, Nxb Tôn giáo, 2013.
14. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 440, Nxb Tôn giáo, 2013.
15. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 632, Nxb Tôn giáo, 2013.

rằng có sự chấm dứt, có giải thoát khỏi khổ đau, đạt được hạnh phúc Niết-bàn, bao lâu chúng ta nhận ra nguyên nhân gây nên khổ đau và quyết tâm dứt trừ cái nguyên nhân ấy. Đó là sự nhận diện rõ ràng về cái vòng luẩn quẩn khổ đau do tham ái tạo ra và quyết tâm dứt trừ tham ái hay lòng ham muốn đối với sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. *Kinh Pháp Cú* nhấn mạnh:

"Dòng ái dục chảy khắp,
Như dây leo mọc tràn;
Thấy dây leo vừa sanh,
Với tuệ, hãy đoạn gốc"[16]

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Một khi đã xác định rõ căn nguyên của khổ đau và sự thoát khổ chính là loại bỏ căn nguyên của khổ thì con người trở nên yên tâm, tin tưởng, không còn lo lắng nhiều về gánh nặng khổ đau. Vấn đề là tìm cho ra con đường đúng đắn có khả năng giúp cho mình đi ra khỏi khổ đau. Sự thật thì hầu như toàn bộ lời Phật dạy là để đáp ứng cho mục đích này, nghĩa là chấm dứt khổ đau. Vì thế ta có thể tìm thấy rất nhiều cách thức hay phương pháp tu tập mà Đức Thế Tôn đã nói ra cho nhiều đối tượng khác nhau trong các bài pháp thoại của Ngài. Vấn đề là mỗi người cần phải nhận ra gốc rễ của khổ đau chính là tham ái hay dục vọng và vì vậy mọi phiền muộn khổ đau mình đang đối diện không gì khác là do lòng tham ái gây nên. Phải nhận diện cho thật đúng như vậy về sự nguy hại của tham ái hay dục vọng thì mới biết cách đi ra khỏi khổ đau. Chẳng hạn, chúng ta nghe

16. Thích Minh Châu (dịch), *Kinh Pháp Cú*, Kệ 340.

Đức Phật đúc kết một loạt các phiền toái khổ đau do tham dục gây ra[17]:

- Phải lao tâm khổ tứ, làm việc cật lực, thức khuya dậy sớm, chịu nắng chịu mưa trong công cuộc mưu sinh.

- Rơi vào phiền muộn khổ não, nếu công ăn việc làm gặp phải trở ngại hay mọi nỗ lực đầu tư bị thất bại.

- Lo lắng tài sản làm ra bị tổn thất bởi nạn trộm cướp, bởi quan lại nhũng nhiễu, bởi thiên tai hỏa hoạn hay bởi con cái hư hỏng phá tán.

- Rơi vào các việc làm sai trái xấu ác, vi phạm pháp luật khiến bị tù tội, chịu nhiều thống khổ.

- Rơi vào vòng tranh chấp cãi vã xâu xé lẫn nhau giữa cha mẹ và con cái, giữa anh chị em hay giữa bạn bè với nhau chỉ vì mục đích thỏa mãn dục vọng ích kỷ cá nhân.

- Tranh chấp dòng tộc, đấu tranh giai cấp dẫn đến đả thương, tàn hại lẫn nhau vì lý do danh vọng, quyền lợi không được chia đều.

- Tranh chấp lãnh thổ, xâm chiếm đất đai, chiếm đoạt tài nguyên giữa các quốc gia hay các khối chủ nghĩa khiến hận thù chiến tranh xảy ra gây chết chóc tang thương cho vô số người.

- Gây tạo các ác nghiệp về thân, về lời, về ý do duyên tham dục nên sau khi thân hoại mạng chung, bị tái sanh vào cõi dữ, ác thú, đọa xứ, địa ngục.

Theo quan niệm của đạo Phật thì để giải thoát khổ đau,

17. *KT.B*, Đại Kinh Khổ Uẩn.

con người cần nhận rõ hết thảy mọi phiền toái khổ đau trên cuộc đời đều xuất phát từ dục vọng để sinh tâm sợ hãi và nhàm chán đối với tham ái, gốc rễ của phiền não khổ đau, để kiên quyết tìm ra phương cách thoát ly tham ái, chế ngự dục vọng, đi ra khỏi khổ đau. Đây chính là sự nhận thức đúng đắn về Khổ, Khổ tập, Khổ diệt đưa đến sự quyết tâm thoát ly khổ đau nhờ biết ứng dụng con đường đi ra khỏi khổ đau mà Đức Thế Tôn đã nêu rõ trong bài kinh Chuyển pháp luân.

***

Câu hỏi ôn tập:

1. Định nghĩa về Khổ diệt Thánh đế.

2. Vì sao ái diệt thì khổ diệt?

3. Nhận thức rõ ái diệt là khổ diệt hay ý nghĩa Khổ diệt Thánh đế có tác dụng như thế nào đối với đời sống tu tập của người con Phật?

4. Thử nêu một vài cách thức giúp đoạn trừ khổ đau.

Bài đọc thêm:

1. Tác giả W. Rahula, Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Diệu đế thứ ba: Diệt (Nirodha): Sự chấm dứt khổ* (Đức Phật đã dạy những gì, Chương bốn), Nxb Tôn giáo 2000.

2. Thích Viên Giác, Bốn chân lý, *Phật học cơ bản, tập 1*, Phần II, Giáo lý cơ bản, bài 1, Nxb Tôn giáo, 2003.

Tài liệu tham khảo:

1. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, tập 2, *kinh Trung Bộ, tập I*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn giáo, 2012.

2. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, tập 5, *kinh Tương Ưng Bộ, tập II*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn giáo, 2013.

3. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh tịnh đạo, tập II*, Nxb Tôn giáo, 2001.

4. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Đức Phật đã dạy những gì*, Nxb Tôn giáo, 2000.

5. *Phật học cơ bản, tập 1*, Ban Hoằng pháp Trung ương, Nxb Tôn giáo, 2003.

Bài 10

TỨ DIỆU ĐẾ
(KHỔ DIỆT ĐẠO THÁNH ĐẾ)

(P. *Dukkhanirodhagamini patipadaariyasacca*;
H. 苦滅道聖諦)

Thánh đế sau cùng được nói đến trong bài kinh sơ chuyển pháp luân của Đức Phật là Khổ diệt đạo Thánh đế. Đó là đạo lộ đưa đến chứng đắc Niết-bàn hay phương pháp tu tập hướng đến chấm dứt khổ đau, mục đích cứu cánh của Phật giáo. Đức Phật giống như vị y sĩ đầy tài năng và kinh nghiệm, sau khi biết rõ mọi loại bệnh khổ của chúng sanh và căn nguyên của chúng liền đưa ra phương pháp chữa trị hữu hiệu. Phương pháp của Ngài là Bát Thánh đạo, đươc mệnh danh là Trung đạo, vượt ra ngoài hai lối sống cực đoan - thụ hưởng dục lạc và khổ hạnh ép xác, có khả năng chữa trị mọi thứ khổ não của chúng sanh mà Ngài đã liệt kê đầy đủ ở trong Thánh đế thứ nhất nói về khổ. Đó chính sự đoạn diệt tham ái và vô minh, diệt tận gốc rễ của khổ đau nhờ thực hành theo con đường Trung đạo, Bát Thánh đạo gồm tám chi phần: Chánh tri kiến,

Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định.

I. ĐỊNH NGHĨA:

Về Khổ diệt đạo Thánh đế (P. *Dukkhaniro-dhagamini patipadaariyasacca*; H. 苦滅道聖諦) hay sự thật về con đường đưa đến sự chấm dứt khổ đau, Đức Thế Tôn đã nêu rõ:

"Đây là Thánh đế về Con đường đưa đến Khổ diệt, này các Tỷ-kheo, chính là con đường Thánh đạo Tám ngành, tức là Chánh tri kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định"[1].

II. GIẢI THÍCH CÁC THUẬT NGỮ:

Tám chi phần của Bát Thánh đạo hay tám yếu tố tu tập đưa đến đoạn tận khổ đau được Đức Thế Tôn giải thích rõ ràng như sau:[2]

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là chánh tri kiến? Này các Tỷ-kheo, chính là trí về khổ, trí về khổ tập, trí về khổ diệt, trí về con đường đưa đến khổ diệt. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là chánh tri kiến.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là chánh tư duy? Này các Tỷ-kheo, chính là xuất ly tư duy; vô sân tư duy, vô hại tư duy. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là chánh tư duy.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là chánh ngữ? Này các Tỷ-kheo, chính là từ bỏ nói láo, từ bỏ nói hai lưỡi, từ bỏ nói

1. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 784, Nxb Tôn giáo, 2013.
2. ĐTKVNNT, tập 5, *KTƯB, tập II*, tr. 441-442, Nxb Tôn giáo, 2013.

lời độc ác, từ bỏ nói lời phù phiếm. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là chánh ngữ.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là chánh nghiệp? Này các Tỷ-kheo, chính là từ bỏ sát sanh, từ bỏ lấy của không cho, từ bỏ phi Phạm hạnh. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là chánh nghiệp.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là chánh mạng? Ở đây, này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử đoạn trừ tà mạng, nuôi sống với chánh mạng. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là chánh mạng.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là chánh tinh tấn? Ở đây, này các Tỷ-kheo, với mục đích khiến cho các ác, bất thiện pháp từ trước chưa sanh không cho sanh khởi, khởi lên ý muốn, cố gắng, tinh tấn, sách tấn, trì tâm; với mục đích khiến cho các ác, bất thiện pháp đã sanh được trừ diệt, khởi lên ý muốn, cố gắng, tinh tấn, sách tấn, trì tâm; với mục đích khiến cho các thiện pháp từ trước chưa sanh nay được sanh khởi, khởi lên ý muốn, cố gắng, tinh tấn, sách tấn, trì tâm; với mục đích khiến cho các thiện pháp đã sanh có thể duy trì, không có lu mờ, được tăng trưởng, được quảng đại, được tu tập, được viên mãn, khởi lên ý muốn, cố gắng, tinh tấn, sách tấn, trì tâm. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là chánh tinh tấn.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là chánh niệm? Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo sống quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, với mục đích điều phục tham ưu ở đời; Tỷ-kheo sống quán thọ trên các thọ, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm với mục đích điều phục tham ưu ở đời; Tỷ-kheo sống quán tâm trên tâm, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm với mục đích điều phục tham ưu ở đời; Tỷ-kheo sống quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác,

chánh niệm với mục đích điều phục tham ưu ở đời. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là chánh niệm.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là chánh định? Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ly dục, ly pháp bất thiện, chứng và trú Thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, có tầm, có tứ. Làm cho tịnh chỉ tầm và tứ, chứng và trú Thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm, không tứ, nội tỉnh, nhất tâm. Vị ấy ly hỷ trú xả, chánh niệm, tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là xả niệm lạc trú, chứng và trú Thiền thứ ba. Xả lạc, xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú Thiền thứ tư, không khổ không lạc, xả niệm thanh tịnh. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là chánh định.

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

Nội dung Bát Thánh đạo (P. *Ariya aṭṭhaṅgika-magga*; H. 八聖道) nói rõ đường hướng tu tập hay lối sống thực hành Phật giáo đưa đến chấm dứt khổ đau trên cơ sở phát huy tám tiềm năng hay phẩm chất giác ngộ vốn có sẵn trong mỗi con người. Đó là Chánh tri kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định.

Chánh tri kiến (P. *Sammā-ditthi*; H. 正知見) hay còn gọi là quan điểm đúng đắn, ngụ ý một đường lối nhận thức chơn chánh, sáng suốt có khả năng đưa con người ra khỏi các mê lầm khổ đau. Đó chính là sự hiểu biết rõ ràng về tính chất khổ đau của ngũ uẩn (bản thân mình và thế giới chung quanh), về gốc rễ (tham ái, vô minh) của khổ đau, về việc cắt đứt gốc rễ (tham ái, vô minh) khiến khổ đau chấm dứt và về phương pháp tu tập (Bát Thánh đạo) đưa đến đoạn trừ gốc rễ (tham ái, vô minh) khiến khổ đau hoàn

toàn chấm dứt. *Kinh Pháp Cú* đúc kết như vầy về Chánh kiến hay trí tuệ của đạo Phật:

"Thấy khổ và khổ tập,
Thấy sự khổ vượt qua,
Thấy đường Thánh tám ngành,
Đưa đến khổ não tận"[3].

Chánh tư duy (P. *Sammā-sankappa*; H. 正思惟) hay lối suy nghĩ đúng đắn, tức những suy tư chơn chánh hiền thiện, không liên hệ đến tham dục, không liên hệ đến sân hận, không liện hệ đến si mê hay tà kiến, có công năng dẫn dắt đời sống chơn chánh hiền thiện của con người, hướng con người đến giác ngộ. Nói cách khác, đó chính là những suy tư trong sáng hiền thiện, không bị tham - sân - si chi phối, không đưa đến hại mình, không đưa đến hại người, không đưa đến hại cả hai mà thuật ngữ Phật học gọi là ly dục tư duy, vô sân tư duy, bất hại tư duy.

Chánh ngữ (P. *Sammā-vācā*; H. 正語) hay lời nói đúng đắn, tức những lời nói chơn chánh hiền thiện, có công năng hướng thiện cho con người và cuộc đời, mang đến cho con người niềm tin tưởng, hân hoan, hướng thiện, ý tưởng lợi lạc. Đó là những lời nói trong sáng hiền thiện, không bị tham - sân - si chi phối, những lời nói chân thật, không giả dối, ngay thẳng, không quanh co, tao nhã, không thô bạo, có lợi ích, không phù phiếm, chỉ đưa đến lợi mình, lợi người, lợi cả hai, không đưa đến hại mình, không đưa đến hại người, không đưa đến hại cả hai.

3. Thích Minh Châu (dịch), *Kinh Pháp Cú*, Kệ 191, Nxb Tôn giáo, 2000.

Chánh nghiệp (P. *Sammā-kammanta*; H. 正業) hay thân hành đúng đắn, ngụ ý những hành động chơn chánh hiền thiện, sáng suốt, có từ tâm, có lòng tôn trọng đối với hạnh phúc của người khác. Đó chính là sự nỗ lực làm các việc thiện lành đưa đến lợi lạc cho mình và lợi lạc cho người, quyết tâm từ bỏ các hành vi ác bất thiện đưa đến hại mình và hại người như sát hại sinh linh, lấy của không cho, tà hạnh trong các dục.

Chánh mạng (P. *Sammā-ājīva*; H. 正命) hay nuôi sống đúng đắn, tức là sinh sống theo chánh đạo, thực hiện việc sinh sống bằng các phương tiện chơn chánh hiền thiện, không để cho lòng tham dục chi phối và dẫn dắt, sinh sống với thái độ tri túc, cốt yếu là để tu nhân tích đức, không vì lý do sinh tồn mà rơi vào các việc làm sai trái xấu ác hay theo đuổi các nghề nghiệp không chánh đáng, không lương thiện.

Chánh tinh tấn (P. *Sammā-vāyāma*; H. 正精進) hay sự nỗ lực đúng đắn, ngụ ý sự quyết tâm dẫn dắt đời mình theo chánh đạo để đạt cho được mục tiêu cứu cánh giác ngộ; kiên quyết dứt trừ mọi điều ác, nỗ lực làm các việc lành; chuyên tâm hành sâu về con đường giới - định - tuệ để đạt cho được cứu cánh giải thoát, cứu cánh Niết-bàn.

Chánh niệm (P. *Sammā-sati*; H. 正念) hay chú tâm nhận diện đúng đắn về các pháp hay các hiện tượng, tức tỉnh giác xem xét hay quán sát về các hoạt động của thân thể (quán thân trên thân), các hiện trạng cảm xúc (quán thọ trên các cảm thọ), các hiện trạng tâm thức (quán tâm trên tâm) và diễn tiến của sắc pháp và tâm pháp (quán pháp trên các pháp), thấy rõ chúng là các hiện tượng duyên sinh, chịu sự thay đổi, không thường hằng, không làm chủ được

nhằm loại trừ tập quán tham ái, buông bỏ chấp thủ, đạt đến tâm giải thoát, tuệ giải thoát.

Chánh định (P. *Sammā-samādhi*; H. 正定) hay sự định tâm đúng đắn, ngụ ý sự chuyên tâm hành trì thiền định để tâm được điều phục, được thanh lọc, được chuyển hóa, đạt đến định tĩnh, trong sáng, thuần tịnh, nhất tâm. Đó chính là sự nỗ lực loại trừ năm triền cái (tham, sân, hôn trầm thụy miên, trạo hối, nghi), thu nhiếp tâm trên một đối tượng chọn lựa, lần lượt chứng nghiệm các trạng thái định tâm thuộc về sắc giới như "hỷ lạc do ly dục sinh" ở Thiền thứ nhất, "hỷ lạc do định sinh" thuộc Thiền thứ hai, "xả niệm lạc trú" thuộc Thiền thứ ba, "xả niệm thanh tịnh" thuộc Thiền thứ tư. Nói cách khác, đó phương pháp huấn luyện tâm do công phu hành Thiền, qua đó tâm thức lần lượt đạt đến định tĩnh, thuần tịnh, trong sáng, không cấu nhiễm, không phiền não, nhu nhuyến, dễ sử dụng, vững chắc, bình thản, có khả năng giúp cho hành giả hướng đến chứng đắc tam minh (Túc mạng minh, Thiên nhãn minh, Lậu tận minh), đoạn tận các lậu hoặc, chấm dứt hoàn toàn mọi khổ đau.

Nhìn chung, Tám chi phần Bát Thánh đạo tiêu biểu cho nếp sống giác ngộ hiền thiện của đạo Phật, cốt yếu giúp phát triển và hoàn thiện ba phương diện căn bản trong đời sống của con người, đó là giới đức, tâm đức, tuệ đức, nhờ đó con người đạt đến toàn thiện hay giác ngộ mà thuật ngữ Phật giáo gọi là thành tựu giải thoát hay chấm dứt khổ đau. Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng có chức năng gìn giữ và phát huy nếp sống đạo đức hiền thiện của con người, đưa đến đời sống thanh thản và an lạc; Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định có công năng làm trong sạch

và phát triển đời sống nội tâm, hướng đến an tịnh và thắng trí; Chánh tri kiến, Chánh tư duy có công năng đánh thức và khai sáng trí tuệ giác ngộ, đưa đến chơn chánh đoạn trừ khổ đau.

Đáng chú ý rằng, Tám chi phần Thánh đạo hay Giới (P. *Sīla*; H. 戒) - Định (P. *Samādhi*; H. 定) - Tuệ (P. *Paññā*; H. 慧) được nói đến trong Phật giáo là một hệ thống vận hành tương tác, luôn luôn hỗ trợ và hoàn thiện cho nhau trong tiến trình tu tập hướng đến đoạn trừ các lậu hoặc, chấm dứt khổ đau. Chính mối tương hệ mật thiết này của toàn bộ con đường nói rõ đặc điểm toàn thiện và nhất quán của Phật giáo trong phương pháp tu tập đi đến cứu cánh giác ngộ. Đạo đức Phật giáo hẳn nhiên khác với quan niệm đạo đức của các tôn giáo khác, vì nó được hỗ trợ và soi sáng bởi thiền định và trí tuệ. Trí tuệ của đạo Phật cũng khác với trí tuệ được quan niệm bởi các trường phái tư tưởng khác, vì nó được nuôi dưỡng và khai sáng bởi giới đức và thiền định. Nói cách khác, Bát Thánh đạo là pháp tương duyên, cùng sinh khởi và vận hành như một hệ thống hoàn chỉnh, trong đó mỗi một yếu tố luôn luôn được hỗ trợ và hoàn thiện bởi các yếu tố còn lại và cùng đi đến tăng thượng. Chính vì vậy mà kinh điển Phật giáo thường dùng các thuật ngữ Tăng thượng giới (P. *Adhisīla*; H. 增上戒), Tăng thượng tâm (P. *Adhicitta*; H. 增上心), Tăng thượng trí tuệ (P. *Adhipaññā*; H. 增上智慧) để chỉ Bát Thánh đạo hay toàn bộ con đường tu tập đưa đến cứu cánh giải thoát. Đây chính là đặc điểm của Bát Thánh đạo, theo đó mỗi bước thực hành Phật giáo đều được củng cố và soi sáng bởi toàn bộ hệ thống Thánh đạo và đều hướng đến mục đích rốt ráo đoạn tận khổ đau. Đức Phật nhấn mạnh như vầy về kết

quả lợi lạc của việc ứng dụng hệ thống Bát Thánh đạo hay của pháp môn Giới - Định - Tuệ cộng tu: "Đây là Giới, đây là Định, đây là Tuệ. Định cùng tu với Giới sẽ đưa đến quả vị lớn, lợi ích lớn. Tuệ cùng tu với Định sẽ đưa đến quả vị lớn, lợi ích lớn. Tâm cùng tu với Tuệ sẽ đưa đến giải thoát hoàn toàn các lậu hoặc, tức là dục lậu, hữu lậu, vô minh lậu"[4]. Đây cũng chính là ý nghĩa độc đáo của Bát Thánh đạo mà Đức Thế Tôn từng nhấn mạnh khi Ngài tuyên bố với Subhadda rằng ở đâu có Bát Thánh đạo thì ở đó mới có đệ nhất Sa-môn, đệ nhị Sa-môn, đệ tam Sa-môn, đệ tứ Sa-môn[5], tức tứ Thánh quả giác ngộ từ Dự lưu đến A-la-hán.

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Được mệnh danh là con đường đưa đến chấm dứt khổ đau, Bát Thánh đạo hay Giới - Định - Tuệ là một phương pháp thực tập thiết thực, một nếp sống hiền thiện cao quý mang lại nhiều lợi lạc cho con người, xứng đáng cho mọi người học hỏi và thực hành, vì đó không gì khác là sự nỗ lực phát huy các phẩm chất giác ngộ hay tiềm năng hoàn thiện vốn có trong mỗi người. Giáo sư Rhys Davids, Cựu Chủ tịch Hội Pāli Text Society, nhận xét rằng: "Dầu là Phật tử hay không phải Phật tử, tôi nghiên cứu từng hệ thống tôn giáo lớn trên thế gian, và trong tất cả, tôi không tìm thấy trong tôn giáo nào có cái gì cao đẹp và toàn vẹn hơn Bát Chánh đạo của Đức Phật. Tôi chỉ còn có một việc làm là thu xếp nếp sống sao cho phù hợp với con đường ấy"[6].

4. ĐTKVNNT, tập 1, *KTr.B*, tr. 292, Nxb Tôn giáo, 2013.

5. ĐTKVNNT, tập 1, *KTr.B*, tr.336, Nxb Tôn giáo, 2013.

6. Bhikkhu Narada, Phạm Kim Khánh (dịch), *Đức Phật và Phật Pháp*, tr. 281, Nxb Hồng Đức, 2014.

Nhận xét và mong ước của Giáo sư Rhys Davids cho thấy việc thu xếp đời sống phù hợp với Bát Thánh đạo hay việc ứng dụng giáo lý Giới-Định-Tuệ vào đời sống hàng ngày sẽ mang lại nhiều lợi ích. Đó chính là sự thể hiện Bát Thánh đạo trong đời sống hàng ngày hay sự phát huy các tiềm năng giác ngộ (Chánh kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định) có mặt trong chính mình để thực nghiệm hạnh phúc an lạc. Đáng chú ý rằng lời Phật là chân thật, hiền thiện, có công năng loại trừ phiền não khổ đau ngay lập tức, được mệnh danh là "thiết thực hiện tại, vượt thời gian, đến để mà thấy, có khả năng hướng thượng, được người có trí tự mình chứng hiểu". Phật không dạy gì khác ngoài việc khơi dậy tiềm năng giác ngộ - an lạc có sẵn trong mỗi người. Đó chính là sự phát khởi của nhận thức chân chánh (Chánh kiến), suy tư chân chánh (Chánh tư duy), nói năng chân chánh (Chánh ngữ), hành động chân chánh (Chánh nghiệp), sinh sống chân chánh (Chánh mạng), nỗ lực chân chánh (Chánh tinh tấn), chú tâm chân chánh (Chánh niệm), định tâm chân chánh (Chánh định) đưa đến an lạc. Chính vì vậy mà việc ứng dụng Bát Thánh đạo hay thực hành Giới - Định - Tuệ là hết sức quan trọng đối với người Phật tử. Đó không chỉ là một nếp sống mang lại lợi ích thiết thực cho cuộc sống hàng ngày của con người mà còn là một lối sống đưa đến cứu cánh giải thoát, đưa đến chấm dứt hoàn toàn mọi phiền não khổ đau của sinh tử luân hồi.

Được dẫn dắt bởi Chánh kiến, tức sự nhận thức rõ về khổ đau, nhân quả của khổ đau và cách thức đi ra khỏi khổ đau, Bát Thánh đạo tỏ rõ là một lối sống thực tiễn có công năng nuôi lớn giới đức, tâm đức và tuệ đức của con người,

giúp con người từng bước thực nghiệm hạnh phúc an lạc trong đời sống tu tập hướng đến mục đích đoạn tận lậu hoặc, chấm dứt hoàn toàn khổ đau. Tính chất thiết thực lợi lạc của toàn bộ con đường thực hành Giới - Định - Tuệ hay nếp sống ứng dụng Bát Thánh đạo được Đức Phật minh định rất rõ qua cuộc thỉnh vấn của Tôn giả Ānanda[7]:

- Bạch Thế Tôn, các thiện giới (Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng) có ý nghĩa gì, có lợi ích gì?

- Này Ānanda, các thiện giới có ý nghĩa không có hối tiếc, có lợi ích không có hối tiếc.

- Nhưng bạch Thế Tôn, không có hối tiếc có ý nghĩa gì, có lợi ích gì?

- Này Ānanda, không có hối tiếc có ý nghĩa hân hoan, có lợi ích hân hoan.

- Nhưng bạch Thế Tôn, hân hoan có ý nghĩa gì, có lợi ích gì?

- Này Ānanda, hân hoan có ý nghĩa hoan hỷ, có lợi ích hoan hỷ.

- Nhưng bạch Thế Tôn, hoan hỷ có ý nghĩa gì, có lợi ích gì?

- Này Ānanda, hoan hỷ có ý nghĩa khinh an, có lợi ích khinh an.

- Nhưng bạch Thế Tôn, khinh an có ý nghĩa gì, có lợi ích gì?

- Này Ānanda, khinh an có ý nghĩa an lạc, có ích lợi an lạc.

---

7. ĐTKVN, *KTCB*, Kinh Có lợi ích gì.

- Nhưng bạch Thế Tôn, an lạc có ý nghĩa gì, có lợi ích gì?

- Này Ānanda, an lạc có ý nghĩa định, có lợi ích định.

- Nhưng bạch Thế Tôn, định có ý nghĩa gì, có lợi ích gì?

- Này Ānanda, định có ý nghĩa như thật tri kiến, có lợi ích như thật tri kiến.

- Nhưng bạch Thế Tôn, như thật tri kiến có ý nghĩa gì, có lợi ích gì?

- Này Ānanda, như thật tri kiến có ý nghĩa nhàm chán, ly tham, có lợi ích nhàm chán, ly tham.

- Nhưng bạch Thế Tôn, nhàm chán, ly tham có ý nghĩa gì, có lợi ích gì?

- Này Ānanda, nhàm chán, ly tham có ý nghĩa giải thoát tri kiến, có lợi ích giải thoát tri kiến.

- Như vậy, này Ānanda, các thiện giới có ý nghĩa không hối tiếc, có lợi ích không hối tiếc. Không hối tiếc có ý nghĩa hân hoan, có lợi ích hân hoan. Hân hoan có ý nghĩa hoan hỷ, có lợi ích hoan hỷ. Hoan hỷ có ý nghĩa khinh an, có lợi ích khinh an. Khinh an có ý nghĩa an lạc, có lợi ích an lạc. An lạc có ý nghĩa định, có lợi ích định. Định có ý nghĩa như thật tri kiến, có lợi ích như thật tri kiến. Như thật tri kiến có ý nghĩa nhàm chán, ly tham, có lợi ích nhàm chán, ly tham. Nhàm chán, ly tham có ý nghĩa giải thoát tri kiến, có lợi ích giải thoát tri kiến. Như vậy, này Ānanda, các thiện giới thứ lớp dẫn tới tối thượng. Như vậy, này Ānanda, các thiện giới thứ lớp đưa đến tối thượng.

***

Câu hỏi ôn tập:

1. Định nghĩa về Khổ diệt đạo Thánh đế.

2. Vì sao Bát Thánh đạo được gọi là Trung đạo?

3. Giải thích Tám chi phần Bát Thánh đạo (Chánh tri kiến, Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định).

4. Nội dung Bát Thánh đạo gợi đường hướng tu tập như thế nào cho người con Phật?

5. Ý nghĩa lợi lạc của việc ứng dụng Bát Thánh đạo trong đời sống hàng ngày.

Bài đọc thêm:

1. Tác giả W. Rahula, Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Diệu đế thứ tư: Đạo (Magga)*: Con đường (Đức Phật đã dạy những gì, Chương năm), Nxb Tôn giáo, 2000.

2. Thích Viên Giác, Bốn chân lý, *Phật học cơ bản, tập 1*, Phần II, Giáo lý cơ bản, bài 1, Nxb Tôn giáo, 2003.

Tài liệu tham khảo:

1. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, tập 1, *kinh Trường Bộ, tập I*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn giáo, 2012.

2. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, tập 5, *kinh Tương Ưng Bộ, tập II*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn giáo, 2013.

3. Tác giả Bhikkhu Narada, Phạm Kim Khánh (dịch), *Đức Phật và Phật pháp*, Nxb Hồng Đức, 2014.

4. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Đức Phật đã dạy những gì*,

Nxb Tôn giáo, 2000.

5. *Phật học cơ bản, tập 1*, Ban Hoằng pháp Trung ương, Nxb Tôn giáo, 2003.

Bài 11

TỨ NIỆM XỨ

(P. *Satipatthāna*; H. 四念處)

Thiền là phương pháp hành trì nhằm mục đích sát trừ phiền não. Về căn bản, thiền Phật giáo có hai loại gồm Thiền Chỉ và Thiền Quán.

Thiền Chỉ (P. *Samatha Bhavana*; H. 禪止) nhằm mục đích phát triển định tâm (P. *Samadhi*; H. 定) bằng sự tập trung tâm chuyên nhất vào một trong 40 đề mục[1] để thành tựu các tầng thiền của Sắc Giới và Vô Sắc Giới, đưa đến chứng đắc thần thông, cuối cùng nhập vào Diệt Thọ Tưởng Định (P. *Nirodha Samapatti*; H. 滅受想定). Thiền chỉ không đưa đến sự chấm dứt hoàn toàn các lậu hoặc nên vẫn còn chịu sinh tử luân hồi.

Thiền Quán (P. *Vipassana Bhavana*; H. 禪觀) nhằm mục đích phát triển tuệ giác (P. *Panna*; H. 慧覺) bằng sự quán sát 4 đề mục Thân - Thọ - tâm - Pháp (P. *Cattaro Satipatthana*) để hiểu rõ quy trình vận động và sự tương giao trong mối quan hệ nhân - quả, sinh - diệt biến hoại

---

1. Trong số 40 đề mục của Thiền Chỉ, có 10 đề mục dẫn đến Cận Định và 30 đề mục dẫn đến Nhập Định.

của thân - tâm; nhằm mục đích chấm dứt ảo tưởng, kiến chấp về ngã và pháp, là nguyên nhân của phiền não khổ đau, của luân hồi sanh tử; cuối cùng đưa đến chánh trí giải thoát[2]. Đức Phật tuyên bố khi tâm khéo an trú trên bốn đề mục của thiền quán sẽ làm cho giới định tuệ lớn mạnh. Khi giới định tuệ được làm cho lớn mạnh, tham sân - và tà kiến (si) sẽ được diệt tận gốc[3]. Người tu tập viên mãn bốn đề mục như vậy, chậm nhất là 7 năm hay chỉ trong khoảng thời gian 7 ngày có thể thành tựu đạo quả giải thoát[4]. Tứ Niệm Xứ là con đường đưa đến sự chấm dứt hoàn toàn các lậu hoặc, như lời Đức Phật dạy: "Nầy các Tỷ-kheo, đây là con đường độc nhất đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu Chánh trí, chứng ngộ Niết-bàn"[5]. Bốn đề mục quán sát đó là: Thân, Thọ, Tâm, Pháp.

I. ĐỊNH NGHĨA VÀ GIẢI THÍCH CÁC THUẬT NGỮ:

Sati có nghĩa là "nhớ", "biết", "niệm"; nghĩa là "không bỏ quên đối tượng"; Patthāna dịch là "xứ"; nghĩa là "nơi trú, nơi ngụ"; Patthāna là hình thức rút ngắn của upatthāna nghĩa là để tâm của mình gần lại (với đối tượng).

Satipaṭṭhāna; 念處, 'Niệm Xứ', có nghĩa là bốn nơi cần để tâm nghĩ nhớ về:

1. Niệm thân (P. *Kāyanupassana*; H. 念身): Chánh niệm về thân hay quán thân trên thân, tức quay cái nhìn

2. *KTUB*, quyển 5, chương 8 - Phẩm Độc Cư: Phần Xây Nhà Bằng Cây Sala, Nxb Tôn Giáo, 2003, tr.450.

3. Như trên.

4. *KTr.B*, Kinh Đại Niệm Xứ , số 22, Nxb Tôn Giáo, 2001, tr.215.

5. Như trên, tr.185.

vào thân, quán sát chia chẻ nhằm thấy rõ tiến trình hiện hữu của sắc thân ngũ uẩn nầy có sự sinh thành, sự trụ, sự hoại và sự diệt đi của nó, nghĩa là hành giả cần quán sát cho đến khi thấy rõ sắc thân nầy vô thường, khổ não, vô ngã và bất tịnh. Có 14 đối tượng về niệm thân.

2. Niệm thọ (P. *Vedanānupassana*; H. 念受) hay quán thọ trên các cảm thọ: tức quán sát những cảm giác mà tâm cảm nhận được, để thấy rõ ba loại thọ, gồm thọ lạc (vui), thọ khổ (buồn) hay thọ không vui không buồn (vô ký). Quán sát cho đến khi thấy tất cả những cảm thọ ấy là vô thường, khổ não, vô ngã và bất tịnh. Có 6 đối tượng về niệm thọ.

3. Niệm tâm (P. *Cittanupassana*; H. 念心) hay quán tâm trên các tâm: Tức quán sát những tâm thiện, ác hay không thiện không ác (vô ký) để thấy rõ sự vận hành, chuyển biến của vô thường, khổ não, vô ngã và bất tịnh của tâm thức. Có 16 đối tượng về niệm tâm.

4. Niệm pháp (P. *Dhammanussati*; H. 念法) hay quán pháp trên các pháp: Pháp ở đây chính là đối tượng danh và sắc. Nhìn thấu vào bản chất của danh pháp và sắc pháp ấy để thấy rằng chúng không có tự tánh, do duyên sanh, đều là vô thường, khổ não, vô ngã và bất tịnh. Có 5 đối tượng về niệm pháp.

Ngoài ra, niệm có mặt trong các pháp hỗ trợ cho sự chứng ngộ Niết-bàn, bắt đầu từ:

Tứ Niệm Xứ (*satipaṭṭhāna*; 四念處);

Tứ Chánh Cần (*sammāpadhana*; 四正勤);

Tứ Thần Túc (*Iddhipada*; 四神足);

Ngũ Căn (*Indriya*; 五根);

Ngũ Lực (*Bala*; 五力);

Thất Giác Chi (Bojhaga; (*Bojjhaṅga*) 七覺枝);

Bát Chánh Đạo phần (*Maggasacca*; 八正道).

Tứ niệm xứ được gọi là con đường độc nhất vì bao gồm năm nghĩa:

1. Con đường trực tiếp đưa thẳng đến Niết-bàn;

2. Con đường phải đi một mình;

3. Con đường chỉ duy có Đức Thế Tôn khám phá và thuyết lại cho chúng sanh;

4. Con đường thẳng tắp, không có ngả rẽ hay đường song song nào khác;

5. Con đường chỉ có một; không có con đường thứ hai đưa đến giải thoát Niết-bàn.

Trạng thái tâm đạt Niết-bàn - vô dục là một, tức con đường chỉ có một, nhưng khi hành trì, vì đối tượng của niệm có "bốn", nên Phật phương tiện nói có nhiều.

II. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

Tứ Niệm Xứ là bốn nơi chánh niệm, quán sát về để thấy rõ tam tướng vô thường - khổ não - vô ngã của danh - sắc hay sự sanh, diệt, biến hoại của thân ngũ uẩn. Từ đó đưa đến sự nhàm chán, ly tham, đoạn diệt những tham chấp, hận sân và tà kiến. Chỉ có đoạn tận những phiền não nầy mới hành tựu đạo quả, chứng ngộ Niết-bàn, nên thiền quán còn được gọi là phương pháp phát triển tuệ giác. Bốn niệm xứ đó là:

1. Quán Thân trên Thân

Có tất cả 6 chủ đề, nhưng phân tích ra thành 14 đề mục để quán.

(1) Niệm hơi thở vô thở ra.

(2) Niệm 4 oai nghi: Đi, đứng, nằm, ngồi. Thân thể được sử dụng như thế nào biết đúng như thế ấy.

(3) Chánh niệm tất cả oai nghi phụ: Bước tới, bước lui, co tay, duỗi tay v.v...

(4) Quán 32 thể trược: Tóc, lông, móng, da, răng, đàm, mỡ, máu, mủ, mật, óc, tủy, thịt, xương, gân, gan, tim, tỳ, phổi, cật, phẩn, nước tiểu, ruột già, đầu, nước miếng, nước mắt, vật thực, nhớt, ruột non, mồ hôi, mũi, lá lách.

(5) Quan sát Tứ đại về tướng đặc biệt của mỗi loại.

(6) Quan sát tử thi bị quăng bỏ trong nghĩa địa; tử thi bị bỏ ở nghĩa địa 1,2,3 ngày, gọi là trướng tưởng.

(7) Bị bỏ ở nghĩa địa bị quạ, diều, chó, thú rừng... cắn xé, ăn thịt, gọi là thanh ứ tưởng.

(8) Chỉ còn một bộ xương dính thịt và máu, còn gân ràng rịt, gọi là hoại tưởng.

(9) Chỉ còn xương dính, máu thịt rã rời, gọi là huyết đồ tưởng.

(10) Chỉ còn bộ xương khô, không còn máu và thịt nữa, gọi là nồng lăng tưởng.

(11) Chỉ còn bộ xương rã rời, rãi rác mọi nơi, gọi là hám tưởng.

(12) Chỉ còn bộ xương màu trắng, gọi là tán tưởng.

(13) Chỉ còn một đống xương, gọi là cốt tưởng.

(14) Chỉ còn bột xương trắng, gọi là thiêu tưởng.

2. Quán Thọ trên các cảm Thọ: (*Vedana*) là quan sát các cảm thọ trên thân.

2.1. Phân loại: Có một đối tượng (thọ), chia làm 9 loại thọ:

1. Thọ lạc;

2. Thọ khổ;

3. Thọ không khổ không lạc;

4. Thọ lạc liên hệ với ngũ dục (thế gian lạc);

5. Thọ khổ liên hệ với ngũ dục (thế gian lạc);

6. Thọ xả liên hệ với ngũ dục (thế gian lạc); ba loại thọ nầy liên hệ với ngũ dục thuộc thế gian;

7. Thọ lạc không liên hệ với ngũ dục (như trạng thái thiền định);

8. Thọ khổ không liên hệ đến ngũ dục;

9. Thọ xả không liên hệ đến ngũ dục. Ba loại thọ sau, không liên hệ với ngũ dục, không thuộc thế gian, là cảm thọ lạc hay khổ trong khi hành trì thiền định.

2.2. Nguyên nhân sanh thọ:

Tất cả cảm thọ đặt nền tảng trên xúc (*Phassa*), sanh ra bởi xúc, cội rễ bởi xúc, bị duyên bởi xúc. Giống như hai que củi cọ xát vào nhau, hơi ấm sanh, sự nóng sanh, khi hai cây que rời ra, không còn sự ấm, sự nóng nữa. Tương tự như thế, những cảm thọ sanh ra bởi xúc, cội rễ bởi xúc, bị duyên sanh bởi xúc[6]. Có 8 nguồn gốc cho thọ phát sanh:

6. *KTUB*, quyển 4, chương, tr.234.

Phát sanh từ mật;

Từ đàm (niêm dịch);

Từ sự thay đổi các thứ nước trong cơ thể;

Từ sự thay đổi thời tiết;

Từ sự thay đổi các nghịch vận;

Từ các công kích thình lình bên ngoài;

Do quả ái dục của nghiệp đã làm trong quá khứ[7].

2.3. Thái độ quan sát thọ:

Phật dạy rằng: "Như một quán trọ" nơi đó, mọi người ở mọi thành phần có thể đến và đi. Cũng giống như vậy, trong thân nầy có nhiều loại cảm thọ khác nhau sanh khởi và biến mất. Đối với một người có thiền tập sâu sắc, vị ấy sẽ không để tâm dính mắc với những cảm giác thọ sinh ra trong thân và tâm, mà phải quán rằng: "Đây là khổ, bản chất hư vọng, chắc chắn sẽ tan hoại, phải quán sát sự hoại diệt của chúng nhiều lần như vậy". Do thấy, do biết như vậy, hành giả được giải thoát khỏi lòng tham muốn lạc thọ hay hỉ thọ. Nếu không còn cảm thọ vị ấy không còn ái và chứng đạt Niết-bàn"[8].

3. Quán Tâm trên Tâm

3.1. Tâm là gì? Có bao nhiêu quan niệm khác nhau về Tâm?

- Theo Bà-la-môn giáo, tâm là linh hồn trường cửu, là

7. Như trên, tr.154.
8. *KTB*, (Sn.III về 739, p.144 = tr.85v)

hiện thân của Thượng đế (Phạm thiên) trong mỗi người, trường tồn bất biến từ đời này sang đời khác (chấp thường)

- Theo chủ thuyết Duy Vật (*Carvakas*), tâm chỉ là sản phẩm của các yếu tố sắc chất theo một cách nào đó tạo thành. Khi người chết là hết, không còn bất cứ gì (chấp đoạn).

- Chủ thuyết của Kỳ Na giáo phủ nhận chủ thuyết Duy Vật và cho rằng Tâm là một linh hồn trường cửu không những ở trong con người, trong con vật mà còn ở trong cây cỏ, trong hầu hết vạn vật; nhưng mức tiến hóa của Tâm nầy khác nhau đi từ đời nầy sang đời khác.

- Đạo Phật phủ định sự hiện diện của một linh hồn bất biến và trường cửu, lưu chuyển từ đời nầy sang đời khác. Tâm - Citta, có ngữ căn Cit với ý nghĩa là suy nghĩ. Citta là 'nhận thức' sự hiện hữu của đối tượng, nhưng không có một linh hồn trường cửu nào trong con người để nhận thức, để suy nghĩ; đặc tánh thuần túy của tâm là biết và tiến trình sinh hoạt của tâm sẽ hướng dẫn thân hành động, tạo nên sự sống của một sinh vật trong hiện tại. Tiến trình sinh hoạt này tạo nên một dòng tâm thức trôi chảy từ kiếp sống này qua kiếp sống khác, nhưng luôn thay đổi trong từng sát na như nước dòng sông trôi chảy, các dòng suối đục - trong đổ vào sông luôn luôn thay đổi khiến dòng sông thay đổi.

3.2. Ba đặc tánh của tâm gồm:

- Không thể thấy được (là một loại năng lực như điện vậy);

- Mênh mang vô cùng tận;

- Thích nghi với mọi chiều hướng, nghĩa là tâm có đặc tánh thay đổi nhanh chóng, dễ dàng bị vấy bẩn bởi phiền

não, nhưng ta có thể uốn nắn nó theo ý mình nếu người ấy có định lực.

3.3. Chức năng của tâm là "biết đối tượng" (có thể so sánh sanna, vinnana và panna)

3.4. Có mười sáu loại tâm:

1. Tâm tham;

2. Tâm không tham;

3 + 4. Tâm sân khác với tâm không sân;

5 + 6. Tâm si khác với tâm không si (là lòng tăm tối, mê mờ, thiếu trí tuệ = vô minh);

7 + 8. Tâm buồn ngủ khác tâm tán loạn (bị đè nặng bởi hôn trầm - thụy miên);

9. Đại hành tâm (sắc giới thiền tâm - vô sắc giới thiền tâm);

10. Không đại hành tâm (dục giới tâm);

11. Tâm bậc thấp (dục giới);

12. Tâm bậc cao (sắc giới, vô sắc giới);

13. Tâm định (tâm cận định, tâm an định);

14. Tâm không định;

15. Tâm thoát khỏi phiền não từng thời (dục giới thiện tâm);

16. Tâm không thoát khỏi phiền não.

Mặc dù có nhiều loại tâm, nhưng chúng ta không cần nhớ nhiều, chỉ cần chú tâm vào các loại tâm chính, đó là:

Tâm tham - tâm sân - tâm ngã mạn, tật đố - tâm hôn trầm thùy miên - tâm bị tán loạn - tâm phiền não.

3.5. Cách quán:

- Quan sát ta thấy một tâm xuất hiện tuần tự, từng cái một, không thể nhiều tâm sinh ra cùng một lúc. Quan sát từng tâm một. Thí dụ một tâm khởi lên, như tâm sân, có một tâm quan sát tâm đó sinh ra tiếp theo; rồi một tâm khác nữa khởi lên và một tâm quan sát bám theo. Cứ như vậy ta quan sát các loại tâm khác nhau hiện khởi và mất đi.

Khi quan sát như vậy ta sẽ thấy chỉ có một tâm hiện khởi mà không có một linh hồn chủ tể nào trong ta. Nó hiện khởi và biến mất nhanh chóng rồi một tâm khác hiện khởi và biến mất, thấy vô thường. Khi thấy sự vô thường đó, ta không còn dính mắc, chấp chặt nó do khát ái hay tà kiến. Khi không có chấp thủ, sẽ không có nghiệp được hình thành, ta được giải thoát khỏi khổ đau.

4. Quán Pháp trên các Pháp

4.1. Pháp là gì? Pháp bao gồm tất cả đối tượng của tâm; pháp bao gồm:

- Các trần cảnh còn lưu lại trong tâm (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) đưa đến những suy tư, hồi tưởng, nghĩ ngợi.

- Mười sáu sắc pháp vi tế;

- Tâm, tâm sở;

- Niết-bàn;

- Khái niệm.

4.2. Có bao nhiêu pháp cần quán?

1. Quán pháp trên các pháp đối với 5 triền cái;

2. Quán pháp trên các pháp đối với 5 thủ uẩn;

3. Quán pháp trên các pháp đối với 6 căn, 6 trần: Tức là quán sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp;

4. Quán pháp trên các pháp đối với 7 giác chi: Niệm, trạch pháp, tinh tấn, hỉ, khinh an, định, xả;

5. Quán pháp trên các pháp đối với Tứ Đế: Khổ - tập - diệt - đạo.

4.3. Cách quán từng pháp

a. Quán pháp trên các pháp đối với 5 triền cái:

- Tham: Có tham, vị ấy biết - không có tham, vị ấy biết - tham dục chưa sanh nay sanh, vị ấy biết và biết cả lý do - tham dục đã sanh nay được đoạn, vị ấy biết và biết cả lý do - tham dục đã được đoạn, tương lai không sanh khởi nữa, vị ấy biết và biết cả lý do.

- Đối với sân, hôn trầm, thụy miên, trạo hối, nghi, vị ấy quán như vậy: Có - không - chưa sanh nay sanh - đã sanh nay đoạn - đã đoạn, tương lai không sanh khởi nữa.

b. Quán pháp trên các pháp đối với 5 thủ uẩn:

- Sắc: Đây là sắc, đây là sắc sanh, đây là sắc diệt, vị ấy biết và biết rõ lý do.

- Thọ: Đây là thọ, đây là thọ sanh, đây là thọ diệt, vị ấy biết và biết rõ lý do.

- Tưởng: Đây là tưởng, đây là tưởng sanh, đây là tưởng diệt, vị ấy biết và biết rõ lý do.

- Hành: Đây là hành, đây là hành sanh, đây là hành diệt, vị ấy biết và biết rõ lý do.

- Thức: Đây là thức, đây là thức sanh, đây là thức diệt, vị ấy biết và biết rõ lý do.

c. Quán pháp trên các pháp đối với 6 căn, 6 trần tức là quán sát sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp. Vị ấy quán:

- Đây là mắt, đây là sắc. Do duyên hai pháp nầy kiết sử sanh khởi. Kiết sử chưa sanh, nay sanh. Đã sanh nay đoạn, đã đoạn không còn sanh khởi trong tương lai.

d. Quán pháp trên các pháp đối với 7 giác chi: Niệm, trạch pháp, tinh tấn, hỷ, khinh an, định và xả.

e. Quán pháp trên các pháp đối với Tứ Đế: Khổ - Tập - Diệt - Đạo. Vị ấy quán:

Khổ: Đây là Khổ: Biết rõ (khổ vì sanh, già, bệnh, chết; vì sầu, bi, khổ, ưu, não; khổ vì mong cầu không được; vì chấp 5 thủ uẩn là khổ).

Khổ tập, đây là nguyên nhân của khổ: Biết rõ.

Khổ diệt: Biết rõ con đường đưa đến chấm dứt khổ, vị ấy biết rõ.

Khổ Tập: Sự tham ái đưa đến tái sanh, câu hữu với hỷ và tham, tìm cầu hỷ lạc chỗ nầy chỗ kia như dục ái, hữu ái, phi hữu ái. Tham ái cái gì?

Sắc, thanh, hương...khả ái

Ngũ dục thế gian: Tài, sắc, danh, thực, thùy.

Khổ diệt: Biết tâm đã diệt tận, không còn luyến tiếc các tham ái ấy, sự xả ly, sự giải thoát, sự vô nhiễm đối với các tham ái ấy.

Đạo: Đạo là bát chánh đạo (tri kiến về Tứ Đế)

Hành giả biết trong tâm mình có chánh kiến hay không?

Có chánh tư duy hay không (tư duy không tham dục, không sân, tư duy về bất hại)?

Có chánh ngữ không?

Có chánh nghiệp không (tạo ngữ nghiệp chơn chánh - không sát sanh, trộm cắp, tà dâm)?

Có chánh mạng không (sinh sống bằng chánh mạng, không tà mạng) ?

Có chánh tinh tấn không?

Đối với các bất thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn trừ diệt.

Đối với các bất thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn làm cho không sanh.

Đối với các thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn làm cho sanh khởi.

Đối với các thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn làm cho phát triển.

Có chánh niệm không (niệm thân, niệm thọ, niệm tâm, niệm pháp)?

Có chánh định không (nghĩa là có chứng được sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền hay không?)

III. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

- Để hiểu rõ quy trình vận động của thân và tâm

- Khám phá quy trình hoạt động liên hệ giữa thân - tâm là duyên sinh, vô ngã

- Thấy rõ sự sinh diệt của sắc pháp, tâm pháp; thấy rõ sự vô thường của chúng.

- Thấy rõ sự khổ là do quy trình sinh, diệt, biến hoại.

Cái thấy như thật vô thường, khổ, vô ngã sẽ đưa hành giả đến giác ngộ, nhàm chán, ly tham, đoạn diệt, Niết-bàn.

1. Điều kiện để hành thiền tốt

a. Tinh tấn;

b. Thực tập chánh niệm;

c. Phát triển định.

2. Lợi ích của việc tu tập Tứ niệm xứ:

- Đức Phật ca ngợi pháp tu Tứ niệm xứ sẽ diệt tận gốc tham, sân, si. Sống hỷ lạc với tâm giải thoát nhờ tu tập, hộ trì các căn, đưa đến tam nghiệp thanh tịnh, làm cho Tứ niệm xứ sung mãn, Bảy giác chi sung mãn, cuối cùng Minh giải thoát sung mãn[9].

- Đức Phật nhấn mạnh bậc A-la-hán còn tu Tứ niệm xứ, vậy bậc sa-di và hữu học cần phải tu tập Tứ niệm xứ[10].

- Đức Phật tuyên bố người thực hành Tứ Niệm Xứ đạt được bảy sự lợi ích như sau: 1. Tịnh hóa các chúng sanh. 2. Vượt qua Sầu muộn. 3. Thắng phục Bi ai. 4. Đoạn tận Khổ đau. 5. Chấm dứt Ưu phiền. 6. Đạt đến Chánh đạo. 7. Chứng đắc Niết-bàn[11].

---

9. ĐTKVN, *KTƯB, tập IV*, VNCPHVN.
10. ĐTKVN, *KTr.B, tập II*, VNCPHVN.
11. ĐTKVN, *KTƯB, tập IV*, VNCPHVN

Câu hỏi thảo luận

1. Tứ niệm xứ là gì?
2. Tầm quan trọng của Tứ Niệm Xứ
3. Lợi ích của tu tập Tứ Niệm Xứ

Bài đọc thêm

Quán Tưởng - Sự đào luyện tâm ý - Đức Phật đã dạy những gì, T.N Trí Hải, Nxb Tôn giáo, 2000, tr. 155.

Tài liệu tham khảo

1. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trường Bộ, tập II*, kinh Niệm Xứ, VNCPHVN.

2. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trung Bộ*, kinh Tâm Hoang Vu, VNCPHVN.

3. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trung Bộ*, kinh An Trú Tầm, VNCPHVN.

4. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo Luận*, Nxb Hồng Đức.

5. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Tương Ưng, tập IV*, VNCPHVN.

Bài 12

TỨ CHÁNH CẦN

(S. *Cattāro Sammappadhānāni* - H. 四正勤)

Theo quan điểm của Phật giáo, hiểu biết chân lý quả thật vô cùng quan trọng, nhưng siêng năng, tinh tấn tu hành để đạt chân lý ấy lại càng quan trọng hơn. Bởi lẽ, nhờ có chánh kiến mà hành giả thấy rõ được bản chất thật của vạn pháp, biết bản chất cuộc đời là vô thường, khổ và vô ngã; nhưng tinh cần, tinh tấn để thoát ly ra khỏi nhà lửa của tam giới là việc cấp bách, cần làm và phải làm.

Trong cuộc sống thường nhật, để đạt đến những mục đích, những ước mơ người ta phải liên tục học tập, rèn luyện từ ngày này sang ngày khác, từ năm này sang năm khác. Cũng vậy, để có thể đạt được những bước tiến tâm linh trong lộ trình giác ngộ, hành giả lại càng phải nỗ lực, tinh tấn nhiều hơn. Rõ ràng không phải ai cũng dễ dàng chỉ trong một thời gian ngắn mà có thể đạt được cứu cánh giải thoát, mà đòi hỏi mỗi chúng ta phải kiên nhẫn, tinh cần không mệt mỏi. Do vậy, khi còn luân hồi sanh tử, thiện nghiệp là những gì chúng ta phải nỗ lực và tinh tấn huân tập để tự tạo cho mình một hành trang, một nhân thiện lành, để trong cuộc sanh tử ta được hưởng

quả lành, trợ duyên cho ta bớt khổ đau, thuận hướng Niết-bàn, giải thoát.

I. ĐỊNH NGHĨA:

Tứ chánh cần, (P. *Cattāro sammappadhānāni*; H. 四正勤) là bốn sự cần mẫn chơn chánh, bốn phép siêng năng hợp với chánh đạo. Trên bình diện từ ngữ, cattaro có nghĩa là bốn; sammappadhāna bao gồm hai thành phần, gồm sammā và padhāna. Sammā có nghĩa là chơn chánh[1], và Padhāna (= padahana) có nghĩa là sự cố sức, cố gắng, tranh đấu[2].

Tứ chánh cần cũng gọi là tinh tấn (P. *Viriya*; H. 精進). "Tinh" là tinh chuyên một việc không xen tạp, "tấn" là tiến tới mãi không dừng, không gián đoạn hoặc thối lui. Nói một cách ngắn gọn, tinh tấn là siêng năng, chuyên cần. Trong Bát chánh đạo, đó là chi phần chánh tinh tấn (P. *Sammā vāyāmo*; H. 正精進), cũng gọi sammā viriyo.

Tinh tấn (P. *Viriya*; H. 精進) là một trong 6 biệt cảnh tâm sở, có đặc tính làm phấn khởi tâm, phấn chấn tâm, là một tâm sở hết sức quan trọng giúp hành giả thành đạt trong lộ trình giải thoát. Cần lưu ý rằng khi có chánh niệm là có sự hiện diện của tinh tấn. Tâm bám sát đối tượng để quan sát lâu hay mau là tùy thuộc vào yếu tố tinh tấn nhiều hay ít. Nếu đi cùng bất thiện tâm (*akusala cittas*), nó thuộc bất thiện tâm sở. Nhưng khi ta dùng từ "tinh tấn" là chỉ cho thiện tâm sở, siêng năng trong thiện pháp (như siêng năng

1. Concise Pali English Dictionary, Motilal Banarsidass Publishers, India, 1989.

2. Concise Pali English Dictionary, Motilal Banarsidass Publishers, India, 1989.

tụng kinh, ngồi thiền, bố thí...); còn siêng năng trong hành vi bất thiện (như uống rượu, đánh bài...) thì gọi là phóng dật (P. *Pamāda*; H. 放逸 khác với P. *Appamāda*; H. 不放逸 nghĩa là không phóng dật).

Như ngôi nhà cũ được các cột mới chống đỡ trong cơn gió lốc; hay như viện binh cần thiết để giải cứu cho vua đang bị giặc bao vây, cũng vậy, khi có sự xuống dốc của tâm do những bất thiện tâm sở, chính yếu tố tinh tấn giúp tâm vươn lên và vững chắc. Vì vậy *kinh Mi Tiên Vấn Đáp* (*Milindapanha*) dạy rằng Tứ chánh cần là "yếu tố nâng đỡ các thiện tâm"[3]. Viriya được là một trong năm thành tố của ngũ căn (P. *Panca indriyāni*; H. 五根) có khả năng diệt trừ biếng nhác. Viriya cũng là một trong ngũ lực (P. *Panca balāni*; H. 五力) vì không thể bị biếng nhác lay động. Viriya này thành tứ chánh cần (*cattāro sammappadhānāni*), là một trong bảy giác chi (P. *Satta bojjahanga*; H. 七覺支) và cuối cùng là một trong tám chi phần của Bát chánh đạo (P. *Atthangikamagga*; H. 八正道), tức sammāvāyāmo (chánh tinh tấn)[4].

II. GIẢI THÍCH CÁC THUẬT NGỮ:

- Theo định nghĩa truyền thống, tứ chánh cần có bốn:

- Tinh tấn làm cho bất thiện pháp chưa sanh không sanh khởi.

- Tinh tấn đoạn trừ các bất thiện pháp đã sanh.

---

3. Hòa thượng Giới Nghiêm (dịch) *Kinh Mi Tiên Vấn Đáp*, Nxb Tôn Giáo, 2003, tr. 136.

4. Thích Minh Châu (dịch), *Thắng Pháp Tập Yếu Luận I*, Ban Tu Thư Đại Học Vạn Hạnh, 1971.

- Tinh tấn làm cho các thiện pháp chưa sanh sanh khởi.

- Tinh tấn làm cho các thiện pháp đã sanh được phát triển.

Cho nên Tứ chánh cần có khả năng giúp cho hành giả đi đúng con đường, ngăn ngừa và diệt trừ bất thiện pháp, đồng thời làm sanh khởi và phát triển thiện pháp; như lời dạy sau đây của Đức Phật "Này các Tỷ-kheo, có bốn chánh cần nầy. Thế nào là bốn?".

- Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn không cho sanh khởi, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng.

- Đối với các ác, bất thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn đoạn tận, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng.

- Đối với các thiện pháp chưa sanh, khởi lên ý muốn làm cho sanh khởi, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng.

- Đối với các thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn làm cho an trú, không cho vong thất, làm cho tăng trưởng, làm cho quảng đạt, tu tập, làm cho viên mãn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng.

Những pháp này, nầy các Tỷ-kheo, sông Hằng thiên về phương Đông, hướng về phương Đông, xuôi về phương Đông. Cũng vậy, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tu tập bốn chánh cần, làm cho sung mãn bốn chánh cần, thiên về Niết-bàn, hướng về Niết-bàn, xuôi về Niết-bàn"[5].

Nếu phân tích sâu xa hơn, tứ chánh cần là:

---

5. Dial.II, Mahāsatipatthāna suttanta, p. 344 tr.

- Tinh cần chế ngự, tinh cần đoạn tận, tinh cần tu tập và tinh cần hộ trì.

- Tinh cần chế ngự là vị hành giả tinh cần hộ trì các căn: Khi mắt thấy sắc tâm liền phòng hộ, tai nghe tiếng, ý tiếp xúc với các pháp... Những nguyên nhân gì, vì các căn không được chế ngự, khiến tham ái ưu bi, các ác bất thiện pháp khởi lên, Tỷ-kheo chế ngự nguyên nhân ấy, hộ trì các căn, thực hành sự hộ trì các căn.

- Tinh cần đoạn tận là vị ấy cố gắng ly dục, ly bất thiện pháp.

- Tinh cần tu tập, vị ấy cố gắng tu tập bảy giác chi, gồm niệm giác chi, trạch pháp, tinh tấn, hỉ, khinh an, định, và xả.

- Tinh cần hộ trì là vị ấy cố gắng hộ trì, gìn giữ các tợ tướng, quang tướng phát sanh trong tiến trình hành Thiền, dẫn đến sự chứng đắc thiền định làm cơ sở, nền tảng cho trí tuệ phát huy diệu dụng của nó là nhận chân bản chất thật của vạn pháp[6].

- Được gọi là tinh tấn tột độ (*consummate energy, āraddhaviriyo*), có nghĩa là tinh tấn như sau: "Ở đây, này Moggallāna, Tỷ-kheo sống tinh cần, tinh tấn (tinh tấn tột độ): 'Dầu cho da, dây gân và xương có khô héo, dầu thịt và máu có héo tàn trên thân tôi, cái gì có thể lấy sức lực của người, tinh tấn của người, nỗ lực của người có thể đạt được; nếu chưa đạt được, thời tinh tấn sẽ không bao giờ dừng nghỉ'. Như vậy, này Moggallāna, là sự tinh cần, tinh tấn (tinh tấn tột độ)"[7].

---

6. *KTCB*, Phẩm Chế Ngự, Phẩm VII: Nghiệp Công Đức, Phẩm Tinh cần, VNCPHVN.

7. *KTƯB*, tập II, Tương ưng Tỷ-kheo, VNCPHVN.

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

Để hiểu rõ hơn về Tứ chánh cần, một số điểm quan trọng hành giả cần lưu tâm: Thế nào là điều thiện (lành, *kusala*) và thế nào là điều bất thiện (*akusala*)?

- Hành động được gọi là bất thiện (P. *Akusala*; H. 不善) khi nó được sai sử bởi những bất thiện tâm (P. *Akusala-cittas*: H. 不善心), là những tâm phát sanh từ tham (P. *Lobha*; H. 貪), sân (P. *Dosa*; H. 瞋), si (P. *Moha*; H. 癡), đưa đến kết quả hại mình, hại người, hại cả hai, trong hiện tại và tương lai. Ngược lại là hành động thiện (P. *Kusala*; H. 善), vì chúng được điều khiển bởi những thiện tâm (P. *Kusalacittas*; H. 善心), là những tâm phát sanh từ vô tham (P. *Alobha*; H. 無貪), vô sân (P. *Adosa*; H. 無瞋) và vô si (P. *Amoha*; H. 無癡) đưa đến kết quả lợi mình, lợi người, lợi cả hai, trong hiện tại và tương lai[8].

- Tinh tấn đoạn trừ bất thiện pháp chưa sanh khởi.

Tất cả hành động bất thiện hiện hành ở thân, khẩu đều do sự sai sử của tâm bất thiện, những tư duy bất thiện. Để đoạn trừ những tư duy bất thiện trước khi nó phát tác ra hành động ở thân, khẩu, Phật dạy có năm cách[9]:

1. Cần phải suy tư đến một tướng khác liên hệ đến thiện để đối trị, như dùng một cái nêm để đánh bật cái nêm khác ra.

2. Cần phải quán sát các nguy hiểm của tư duy ấy như lời dạy của Đức Phật sau đây[10]: "Khi mắt tiếp xúc sắc...

---

8. Thích Minh Châu (dịch), *Thắng Pháp Tập Yếu Luận*, Tu Thư Đại Học Vạn Hạnh, 1971.

9. *KT.B*, tập I, Kinh An Trú Tầm.

10. *KTƯB*, tập IV, k. 205 (Đờn Tỳ Bà).

có tham hay sân khởi lên. Hãy ngăn chặn bằng cách tư duy: "Con đường này là con đường đầy sự sợ hãi, kinh khủng, gai góc, rừng rậm, ác lộ, do phi thiện nhân dùng, không phải do thiện nhân dùng. Đây không phải con đường xứng đáng cho ta". Suy nghĩ như vậy để ngăn chặn tâm tham đắm, ghét bỏ đối với sắc đó hay hương đó.

3. Cần không suy tư đến những tư duy ấy; ví như một người không muốn nhìn một sắc pháp nào, nó nhắm mắt lại hoặc ngó qua một bên.

4. Tác ý, chú ý đến hành tướng (tướng trạng, hoạt động) của các tư duy ấy, và làm lắng dịu, an tịnh các hành tướng từ thô đến tế dần, để các bất thiện tâm dần dần được an trú, an tịnh, đi đến đoạn diệt.

5. Nghiến răng, dán chặt lưỡi lên nóc họng, lấy tâm chế ngự tâm, nhiếp phục, đánh bại tâm: Ví như một người lực sĩ nắm lấy đầu một người ốm yếu, hay nắm lấy vai, có thể chế ngự, nhiếp phục, và đánh bại. Các ác, bất thiện tâm liên hệ đến dục, liên hệ đến sân, liên hệ đến si được trừ diệt, đi đến diệt vong. Chính nhờ diệt trừ chúng, nội tâm được an trú, an tịnh, nhất tâm, định tĩnh.

Ví như vào mùa cánh đồng lúa trải mạ non, mục đồng phải giữ trâu cẩn thận. Mỗi khi chúng đi rong, ăn phá lúa non nhà người, vị ấy phải nắm dây thừng kéo lại; đôi khi phải dùng roi quất, khiến chúng đau đớn, sợ hãi và trở nên thuần thục[11].

Cũng ví như con rùa, một hôm đang lang thang bách

11. Như trên.

bộ trên bờ sông gặp con dã can. Rùa ta lập tức thu rút đầu, đuôi và tứ chi vào chiếc mai của nó, nằm im bất động như chết. Giã can sau khi hy vọng, chờ đợi mỏi mòn, cuối cùng thất vọng, đau khổ và buồn bã bỏ đi.

Chúng ta chăn trâu tâm của mình cũng như vậy. Cổ đức dạy: "Người xưa trị tâm lúc chưa phát sanh, phòng tình khi chưa loạn động". Ngài Lâm Tế cũng nói: "Niệm khởi đừng tiếp tục, hơn mười năm hành cước".

- Tinh tấn để đoạn trừ các bất thiện pháp đã phát sanh. Làm thế nào để tinh tấn có thể đoạn trừ các bất thiện pháp đã phát sanh, vì chúng đã phát tác ra thân, khẩu hay ý và đã đi qua rồi. Bây giờ, nếu ta hồi tưởng lại, tâm hối hận sẽ khởi lên, tâm bất an sẽ khởi lên, đó cũng là những bất thiện tâm, vì trạo cử-hối quá là một trong năm triền cái, chướng ngại cho sự đạt được tâm bình an, tâm xả của chúng ta. Càng hối hận, càng làm gia tăng bất thiện tâm trong ta. Bởi vậy, cách tốt nhứt là hành giả quyết định không cho bất thiện pháp ấy tái phạm trong tương lai, và không để quá khứ bất thiện đó làm tâm ta ray rứt, trạo cử vì hối hận nữa. Đó là điều Đức Phật đã dạy khi Ngài nói: "Này gia chủ, vị Thánh đệ tử có lòng tin vào bậc Đạo Sư, suy nghĩ như sau: Đức Thế Tôn đã bằng nhiều phương cách khiển trách, khiển trách nặng nề sự sát sanh.... Ngài còn dạy thêm: "Hãy từ bỏ sát sanh...". Nhưng đã có nhiều chúng sanh đã bị giết bởi ta rồi. Điều đó thật là bất thiện, không tốt đẹp. Tuy nhiên, nếu ta phải ăn năn hối hận như là hậu quả của hành động sát sanh đã làm này thì hành động bất thiện ấy cũng sẽ không trở thành không được làm bởi ta (nghĩa là, ta cũng đã làm rồi, không thể cứu vãn được nữa). "Thế nên, hãy suy nghĩ

đoạn trừ sát hại và tự chế chừa bỏ sự sát hại trong tương lai. Như vậy là vị ấy tránh xa hành động ác"[12].

- Tinh tấn làm cho các thiện pháp chưa sanh sanh khởi. Như có những việc lành mà từ trước đến giờ ta chưa thực hiện được, bây giờ tinh tấn để nó phát hiện ra trong hành động. Như người từ trước đến giờ chưa qui y Tam bảo, giờ mạnh dạn đến chùa xin qui y Tam bảo; người chưa ăn chay một tháng hai ngày, giờ cố gắng ăn chay; chưa có thói quen mỗi ngày ngồi thiền hoặc ngồi niệm Phật mười phút, giờ cố gắng thực hiện như thế...

- Tinh tấn làm cho các thiện pháp đã sanh được phát triển? Thí dụ như vị ấy đã qui y Tam bảo, giờ phấn đấu giữ năm giới cho tốt đẹp; ăn chay đã được hai ngày, giờ phấn đấu tăng bốn ngày; lúc trước ngồi thiền 10 phút, giờ tăng lên 20 phút...

- Phải y cứ vào đâu để tu tập Tứ chánh cần? - Y cứ vào giới, an trú vào giới, tu tập Tứ chánh cần, làm cho sung mãn Tứ chánh cần.

- Thời gian thích hợp để tinh cần? - Có năm đúng thời này để tinh cần. Thế nào là năm?

Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo còn trẻ, niên thiếu, còn thanh niên, tóc đen nhánh, trong tuổi thanh xuân, trong sơ kỳ tuổi đời. Này các Tỷ-kheo, đây là đúng thời thứ nhất để tinh cần.

Lại nữa, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo ít bệnh, ít não, sự tiêu hóa được điều hòa, không quá lạnh, không quá nóng,

12. *KTUB, tập IV*, T.U. Thôn Trưởng, K. Vỏ Ốc.

trung bình, hợp với tinh tấn. Này các Tỷ-kheo, đây là đúng thời thứ hai để tinh cần.

Lại nữa, này các Tỷ-kheo, khi ăn uống được đầy đủ, được mùa, đồ ăn khất thực kiếm được thật dễ dàng để nuôi sống bằng khất thực. Này các Tỷ-kheo, đây là đúng thời thứ ba để tinh cần.

Lại nữa, này các Tỷ-kheo, khi loài người sống với nhau một cách thân thiết, hòa hợp nhau như nước với sữa, không gây gổ, nhìn nhau bằng ánh mắt thiện cảm, thân ái. Này các Tỷ-kheo, đây là đúng thời thứ tư để tinh cần.

Lại nữa, này các Tỷ-kheo, chúng Tăng hòa hợp, cùng nhau hòa hợp, không tranh luận nhau, sống thoải mái cùng chung một lời dạy. Này các Tỷ-kheo, giữa chúng Tăng hòa hợp, không có mắng nhiếc lẫn nhau, không có đấu khẩu lẫn nhau, không có kết tội lẫn nhau, không có sự tẩn xuất lẫn nhau. Ở đây, những ai không có tịnh tín, tìm được tịnh tín, những ai có tịnh tín, được tăng trưởng nhiều hơn. Này các Tỷ-kheo, đây là đúng thời thứ năm để tinh cần.

Những pháp này, này các Tỷ-kheo, là năm đúng thời để tinh cần[13].

- Điều kiện để tâm tinh tấn phát sanh: Có 11 điều kiện để tâm tinh tấn phát sanh:

1. Nghĩ đến sự đau khổ trong khổ cảnh, nếu chẳng tinh tấn tu tập.

2. Nghĩ đến sự lợi lạc của sự tinh tấn: "Nếu ta tinh tấn chắc chắn ta sẽ đạt Thánh quả. Không thể lười biếng mà

13. *KTƯB, tập I*, (54) Thời gian để tinh cần.

đắc Thánh quả được. Vậy ta phải tinh tấn".

3. Suy nghĩ về con đường tu tập đã được chư Phật, chư Bồ Tát trải qua. Các vị đều phải hết sức tinh tấn và kiên trì mới đạt đạo quả.

4. Tôn trọng sự thọ thí cúng dường của đàn na tín thí: Đàn na tín thí cúng dường là mong ta có thì giờ, có sức khỏe để tinh tấn tu tập, trước lợi mình sau lợi người, làm chánh pháp cửu trụ. Vậy để tôn trọng sự bố thí cúng dường của Phật tử, để không nợ đàn na tín thí ta phải tấn tu.

5. Nghĩ đến bậc Ân Sư: Cuộc đời cao cả của Phật đã hy sinh tất cả để tìm ra con đường giải thoát cho chúng sinh, cho mình. Thật không xứng đáng nếu chúng ta lười biếng khi có một bậc Đạo Sư khả kính như vậy.

6. Nghĩ đến di sản quí báu của Phật là kho tàng Pháp bảo: "Thật lớn lao là kho tàng Pháp bảo. Thật không thể thừa hưởng được kho tàng nầy khi lười biếng. Phải tinh tấn!".

7. Nghĩ đến mình là một tu sĩ, là con của Phật, không được lười biếng.

8. Nghĩ đến các vị đại đệ tử của Phật: Ngài Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên, Ma Ha Ca Diếp...các vị đã kiên trì thực tập đắc Thánh quả. Ta đang trên con đường đó, phải tinh tấn.

9. Không kết giao với người lười biếng.

10. Kết giao với những người tinh tấn.

11. Tâm luôn luôn hướng đến tinh tấn trong mọi oai nghi, mọi công việc làm[14].

14. Tham khảo "*Kinh Đại Niệm Xứ*" của Sư Hộ Pháp (dịch, soạn).

"Trên đường đạo không gì bằng tinh tấn,
Không gì bằng trí tuệ của đời ta,
Sống điêu linh trong kiếp sống ta bà,
Chỉ tinh tấn là vượt qua tất cả!".

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Trong đời sống thường nhật, nếu học trò siêng năng, chuyên cần thức khuya dậy sớm chăm chỉ học hành, chắc chắn người ấy sẽ thi đỗ. Người nông dân cần mẫn trên luống cày, chăm sóc cây lúa với phân bón, nước, thuốc ngừa sâu rầy đầy đủ..., lúa sẽ được mùa. Anh công nhân chăm chỉ sẽ vững tay nghề, là một công nhân giỏi, kết quả là một đời sống phát đạt do "nghệ tinh, thân vinh". Người thương buôn siêng năng, cần mẫn với công việc, lấy chữ tín làm đầu sẽ đạt được niềm tin của mọi người, việc làm ăn ngày thêm phát triển. Công việc trong đời sống thường nhật muốn thành công còn đòi hỏi phải tinh tấn, tinh cần như vậy, thì trong lãnh vực tinh thần, phát triển tâm linh, trau giồi Tam Vô Lậu học hầu chứng đắc Thánh quả lại cần sự tinh cần nhiều hơn nữa! Trong vô lượng kiếp sanh tử luân hồi, tập khí chất chồng, lại thêm chướng duyên, nghiệp báo không sao tránh khỏi, đòi hỏi hành giả phải tinh tấn, càng tinh tấn không dừng nghỉ để thắng phục những phiền não đang ngủ ngầm trong tâm chúng ta.

(a). Cần phải điều hòa quân bình tinh tấn và định.

Nếu hành giả tinh tấn quá mức, tâm sẽ bị trạo cử, dao động; nếu định quá nhiều, tâm dễ rơi vào hôn trầm; vậy hành giả cần giữ quân bình tinh tấn và định bằng chánh tinh tấn. Giống như người chơi đàn tỳ bà thiện xảo biết khi

nào dây đàn vừa đúng tầm, không chùng quá, cũng không căng quá, âm thanh sẽ đạt phần vi diệu; cũng vậy, hành giả có trí tuệ sẽ biết cách điều chỉnh tinh tấn, định và chánh tinh tấn[15].

(b). Vậy phải tinh tấn như thế nào mới đúng chánh pháp?

- Tùy thuộc động cơ thúc đẩy mà tinh tấn có thể có chấp tướng, và không chấp tướng.

- Nếu một người vì lợi, danh, tiếng khen, vì sợ hãi, vì bản ngã háo thắng, tự ái vặt... mà tinh tấn thì đó là có chấp tướng.

- Ngược lại, hành giả không vì một động cơ gì khác ngoài sự mong cầu thăng tiến tâm linh, tiến bộ trong tu tập mà tinh tấn, gọi là tinh tấn không chấp tướng. Hành giả vì thuận theo chơn tâm, Phật tánh vốn vô tham, không dính mắc, mà năng tập tâm xả, hành trì bố thí; vốn vô sân, không phiền giận mà tinh tấn huân tập tâm từ, hành hạnh nhẫn nhục; vốn vô si, sáng suốt tròn đầy mà tinh tấn hành trì huân tập trí tuệ; vốn thanh tịnh, không cấu nhiễm mà tinh tấn tu pháp trì giới; vốn tịch tịnh, vắng lặng mà tinh tấn giữ tâm chuyên nhất, không xao động tu pháp Thiền định, tinh tấn một cách chân thành.

c. Lợi ích do tu tập Tứ chánh cần:

Nhờ tu tập Tứ chánh cần, các bất thiện tầm: dục tầm, hữu tầm, phi hữu tầm được tiêu trừ, khát ái, ngã mạn, lậu hoặc, khổ đau, nạn chướng được tiêu trừ, dòng bộc lưu được làm cho khô cạn, và hữu kiết sử dần dần được đoạn tận, cuối cùng hành giả vượt qua khỏi ngôi nhà tù của tam

15. *KTUB, tập III*, Sona.

giới[16], như đức Thế Tôn hằng tuyên bố: Ta sống thọ hưởng quả lợi ích của minh (tuệ) và giải thoát. Kết quả nầy có được là nhờ tinh tấn hộ trì các căn. Do các căn được tinh tấn hộ trì nên thân hành, khẩu hành, ý hành thanh tịnh. Do ba hành được thanh tịnh nên Tứ niệm xứ được viên mãn. Do Tứ niệm xứ viên mãn khiến bảy giác chi được viên mãn. Do bảy giác chi viên mãn nên minh - giải thoát được viên mãn[17].

Qua phân tích chúng ta thấy, Tứ chánh cần hết sức cần thiết và lợi lạc đối với mọi lãnh vực của cuộc sống. Nó là yếu tố quyết định cho mọi thành công thuộc thế gian và xuất thế gian. Do vậy chúng ta phải quyết tâm, kiên trì, tinh tấn để thắng phục phiền não ngủ ngầm trong tâm chúng ta. Có như vậy chúng ta mới có thể tiến từng bước vững chắc trên con đường tìm về giác ngộ, giải thoát khỏi cuộc sanh tử luân hồi triền miên như lời Đức Phật đã khuyên dạy trước giờ phút Ngài nhập Niết-bàn: "Nầy các Tỷ-kheo, đây lời cuối cùng Như Lai dạy bảo các ông: Các hành là vô thường, chịu sự biến hoại. Hãy tinh tấn lên để tự giải thoát. Chớ có phóng dật, chớ để hối hận về sau!".

***

16. *KTƯB, tập V*, Tương Ưng Chánh Cần, Phẩm Tầm Cầu, Phẩm Bộc Lưu.

17. *KTƯB, tập V*, Tương Ưng Giác Chi, Phẩm Núi, k. Kundali.

Câu hỏi hướng dẫn học tập:

1. Tứ chánh cần là gì?

2. Phân tích nội dung Tứ chánh cần?

3. Điều kiện để tâm tinh tấn phát sanh?

3. Phải tinh tấn như thế nào mới chơn chánh và đúng chánh pháp?

4. Tầm quan trọng của Tứ chánh cần?

Bài đọc thêm

1. *Kinh Trung Bộ*, kinh An Trú Tầm, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn Giáo, 2003.

2. *Kinh Tăng Chi Bộ, tập III*, Phẩm Hành, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn Giáo, 1996.

3. Thích Chơn Thiện, *Phật Học Khái Luận*, Tứ Chánh Cần, Nxb Tổng Hợp TP. HCM, 1999.

Tài liệu tham khảo

1. *Kinh Tăng Chi Bộ, tập I*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn Giáo, 1996.

2. *Kinh Trung Bộ, tập I*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn Giáo, 2003.

3. *Kinh Tương Ưng Bộ, tập II*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn Giáo, 2000.

4. Thích Minh Châu (dịch), *Thắng Pháp Tập Yếu Luận I*, Ban Tu thư Viện Đại học Vạn Hạnh 1971.

5. Concise Pāli English Dictionary, A.P. Buddhadatta Mahāthera, Motilal Banarsidass Publishers, India, 1989.

6. *Tự điển Pāli - Việt Nam* (thu ngắn), nguyên tác A.P. BY Buddhadatta Mahāthera, Soạn và dịch giả Nāga Mahā Thera: Bửu Chơn, 1976.

Bài 13

TỨ NHƯ Ý TÚC

(S: *Iddhipāda*; H. 四如意足)

Chúng sanh do phiền não huân tập nhiều đời, ngủ ngầm trong tâm nên con đường tu tập tiến đến giải thoát không bao giờ dễ dàng, đơn giản. Con đường ấy đòi hỏi hành giả nhiều quyết tâm và phấn đấu kiên trì.

Có 4 phương pháp được Đức Phật chỉ dạy như là nền tảng, căn bản đưa hành giả tiến những bước vững chắc trên con đường Thánh đạo chơn chánh, đưa đến đoạn tận lậu hoặc, chứng đắc thần thông, thành tựu chánh trí, chứng ngộ Niết-bàn. Bốn phương pháp là Tứ như ý túc (S. *Iddhipāda*; H. 四如意足), nằm trong Đạo đế, 37 phẩm trợ đạo được Thế Tôn giảng dạy trong suốt thời gian giáo hóa độ sanh.

I. ĐỊNH NGHĨA:

Như ý túc, dịch nghĩa từ tiếng Pāli là Iddhipāda, bao gồm hai thành phần là Iddhi và Pāda. Iddhi có nghĩa thần thông, phát đạt, thế lực[1], Việt dịch là 'như ý' đặc biệt chỉ

1. *Tự điển Pāli - ViệtNam* (thu ngắn) (PVD.), nguyên tác A.P. BY Buddhadatta Mahāthera, Soạn và dịch giả Nāga Mahā Thera: Bửu -Chơn, 1976, tr. 65.

cho đắc thần thông như ý và rốt ráo đối với các Thánh quả. Pāda có nghĩa là vật thực, căn cứ, một phần tư, một câu kệ (trong bài tứ cú)[2]. Pāda cũng mang ý nghĩa là bàn chân, bước chân, một lời nói, địa vị, chỗ, lý do, nguyên nhân, một câu kệ, sự an nghỉ cuối cùng[3]. Vì vậy, Iddhipāda được dịch là như ý túc.

Như vậy, Tứ như ý túc là bốn pháp, bốn bước hay bốn căn cứ, cơ sở, nền tảng cho sự phát triển trí tuệ; nền tảng cho sự chứng đắc những năng lực tâm linh (đạo trí, quả trí); nền tảng cho sự chứng đắc các thần thông, cho nên còn gọi là Tứ thần túc. Bốn pháp ấy bao gồm:

- Dục như ý túc (S. *Chanda - Iddhipāda*; H. 欲如意足)

- Tinh tấn như ý túc (S. *Viriya - Iddhipāda*; H. 精進如意足)[4].

- Tâm như ý túc (S. *Citta - Iddhipāda*; H. 心如意足)[5].

- Tư duy như ý túc (S. *Vīmamsa - Iddhipāda*; H. 思惟如意足)[6].

Đức Phật dạy: "Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tu tập như ý túc, câu hữu với dục định tinh cần hành; tu tập như ý túc, câu hữu với tinh tấn định tinh cần hành; tu tập như ý túc, câu hữu với tâm định tinh cần hành; tu tập như ý túc,

2. nt - , tr.214.

3. nt - , tr. 194.

4. Viriya= nt. tinh tấn, dõng mãnh, cố gắng, ráng sức, sức lực. (PVD., tr.248) Viriyindriya (tấn căn), Viriyabala (tấn lực).

5. *Citta*=. tâm, tinh thần, tư tưởng (PVD., tr.125).

6. *Vīmamsā* (f.)= *Vīmamsana* (nt.) kinh nghiệm, sự sưu tầm=> *Vīmamsī* (m.): người sưu tầm (*investigator*), thí nghiệm; *Vīmamsati* (v.):sưu tầm, thí nghiệm, suy nghĩ, cân nhắc (*PVD.,tr.290=CPED.*, p. 248).

câu hữu với tư duy định tinh cần hành. Những pháp này, này các Tỷ-kheo, là bốn như ý túc, được tu tập, được làm cho sung mãn, đưa từ bờ bên này đến bờ bên kia"[7].

II. GIẢI THÍCH Ý NGHĨA

- Ý nghĩa của Tứ như ý túc được Đức Phật dạy trong kinh Ý Muốn (*Chando*) của *Tương Ưng Bộ kinh* như sau:

1. Này các Tỷ-kheo, nếu Tỷ-kheo nương tựa dục được định, được nhứt tâm, đây gọi là dục định. Đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh, vị ấy khởi lên ý muốn không cho sanh khởi, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng.

Đối với các ác, bất thiện pháp đã sanh, vị ấy khởi lên ý muốn đoạn diệt, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng.

Đối với các thiện pháp chưa sanh, vị ấy khởi lên ý muốn làm cho sanh khởi, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng.

Đối với các thiện pháp đã sanh, vị ấy khởi lên ý muốn làm cho an trú, không cho vong thất, làm cho tăng trưởng, làm cho quảng đại, tu tập, làm cho viên mãn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng.

2. Nếu Tỷ-kheo nương tựa tinh tấn, này các Tỷ-kheo, được định, được nhất tâm, đây gọi là tinh tấn định.

Đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh... Đối với các thiện pháp đã sanh, khởi lên ý muốn làm cho an trú, không cho vong thất, làm cho tăng trưởng, làm cho quảng đại, tu tập, làm cho viên mãn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng.

---

7. ĐTKVN, *KTƯB, tập V*, Ch.VII (T.U. Như Ý Túc), Phẩm Cāpāla, k. BỜ BÊN KIA, Nxb Tôn Giáo, Hà Nội 2002, tr. 392.

3. Nếu Tỷ-kheo nương tựa tâm, này các Tỷ-kheo, được định, được nhất tâm, đây gọi là tâm định.

Đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh... Đối với các thiện pháp đã sanh, vị ấy khởi lên ý muốn làm cho an trú, không cho vong thất, làm cho tăng trưởng, làm cho quảng đại, tu tập, làm cho viên mãn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng.

4. Nếu Tỷ-kheo nương tựa tư duy, này các Tỷ-kheo, được định, được nhất tâm, đây gọi là tư duy định.

Đối với các ác, bất thiện pháp chưa sanh... đối với các thiện pháp đã sanh, vị ấy khởi lên ý muốn làm cho an trú, không vong thất, làm cho tăng trưởng, làm cho quảng đại, tu tập, làm cho viên mãn, tinh cần, tinh tấn, quyết tâm, cố gắng[8].

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

- Thế nào là Như ý (P. *Iddhi*; H. 如意)? - Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo thực hiện nhiều loại thần thông: Một thân hiện ra nhiều thân... có thể tự thân bay đến cõi Phạm thiên. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là Như ý (ở đây Iddhi chỉ cho thần thông).

- "Này các Tỷ-kheo, thế nào là Như ý túc? Con đường nào, đạo lộ nào, này các Tỷ-kheo, đưa đến chứng được như ý, chứng đắc như ý. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là Như ý túc".

- "Này các Tỷ-kheo, thế nào là sự tu tập Như ý túc? Ở đây, này các Tỷ-kheo, Tỷ-kheo tu tập Như ý túc câu hữu

8. nt- , Phẩm Lầu Rung Chuyển, kinh Ý MUỐN (Chando) (S.v, 268), tr. 404- 439.

với dục định tinh cần hành... tinh tấn định... tâm định... tu tập như ý túc câu hữu với tư duy định tinh cần hành. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là tu tập Như ý túc".

- "Này các Tỷ-kheo, thế nào là con đường đưa đến tu tập Như ý túc? Đây là Thánh đạo tám ngành, tức là chánh tri kiến... chánh định. Này các Tỷ-kheo, đây là con đường đưa đến sự tu tập Như ý túc"[9].

- Tu tập Bốn Như Ý Túc như thế nào để có quả lớn, có lợi ích lớn?

- Vị ấy tu tập dục định tinh cần hành bằng cách: "Giữ cho dục không quá thụ động, không quá hăng say, không co rút phía trong, không phân tán phía ngoài, an trú với tưởng trước sau đồng đẳng, với tâm rộng mở, với tâm không gò bó, với tâm chói sáng". Cũng với phương cách trên vị ấy tu tập tinh tấn định tinh cần hành; tâm định tinh cần hành và tư duy định tinh cần hành[10].

Nhưng vì sao còn dục mà được định? Ở đây cần lưu ý từ Dục (*Chanda*; 欲), có ba loại:

- Kāmacchanda: (Kāma: Dục lạc; chanda: Ý muốn là tham dục) ý muốn liên hệ đến ngũ dục thế gian, hoàn toàn bất thiện;

- Kattukamyatā chanda: Chỉ là sự ao ước muốn làm, không thiện không ác;

- Dhammachanda: (Dhamma là pháp; chanda là ý muốn)

9. ĐTKVN, *KTUB, tập V*, Ch.VII (T.U. Như Ý Túc), Phẩm Lầu Rung Chuyển, k. THUYẾT PHÁP HAY TU TẬP Nxb Tôn Giáo, Hà Nội 2002, tr. 424.

10. nt- , k. PHÂN TÍCH (S.v, 276)..., tr. 425- 430.

là pháp dục, ý muốn cao thượng, liên hệ đến sự thăng tiến tâm linh, trong tu tập chánh pháp của Phật, chứng đắc các Thánh quả giải thoát[11].

Dục trong dục như ý túc là Dhammachanda, là lòng mong muốn một cách thiết tha, mong muốn cho kỳ được, mong muốn cho đến khi mãn nguyện mới thôi, nghĩa là đạt được tâm định, chứng đắc thần thông, thắng trí, cho đến lậu tận trí mới hài lòng, dừng nghỉ.

Tinh tấn (P. *Viriya*; H. 精進) là tinh chuyên ròng rặc vào một việc và tấn tới một cách dũng mãnh, vượt thắng mọi chướng duyên cho đến khi tâm đắc định, đắc tuệ giải thoát: Đó gọi là Tinh tấn như ý túc. Nếu trong tâm chỉ có lòng mong muốn thôi thúc, mà hành giả chỉ lặng yên đứng nhìn, không cố gắng, trì chí hành trì cho đến lúc đạt mục tiêu mình mong muốn thì muôn đời chỉ là mong muốn suông, không đạt được kết quả gì. Trong *kinh Di Giáo*, đức Thế Tôn có dạy:

Nếu tinh tấn chuyên cần
Không chi gọi khó khăn
Nước nhỏ giọt xoi mãi
Đá cứng phải mòn lần
Hành đạo tâm biếng lười
Không khác chi nhen lửa
Lửa chưa bén ngưng rồi
Mong lửa, lửa đâu có?[12]

11. Hòa thượng Thích Minh Châu, *Thắng Pháp Tập Yếu Luận I*, Ban Tu thư Viện ĐH Vạn Hạnh 1971, tr. 35.

12. NT. TN. Huỳnh Liên (dịch), *Tinh Hoa Bí Yếu, Kinh Di Giáo*, Nxb Tổng Hợp TP.HCM 2008, tr.27.

Tỷ-kheo nương tự tâm (P. *Citta*; H. 心) mà đạt định, nghĩa là, vị ấy luôn giữ tâm chuyên nhất vào đối tượng, luôn giữ chánh niệm trên thân, thọ, tâm, pháp. Vị ấy không để tâm buông lung, nhớ nghĩ chuyện thế trần, mà chỉ cột tâm vào một đề mục để huân tập sát na định, đưa đến cận hành định, rồi an chỉ định. Khi đã đạt cận hành định và an chỉ định là hành giả xem như hoàn thành giai đoạn định.

Tỷ-kheo nương tựa tư duy, quán sát (P. *Vīmamsā*; H. 觀察) mà đạt định, nghĩa là do phát triển tâm sở tứ (P. *Vicāra*) trong thiền, gắn tâm quan sát đối tượng đạt sát na định, cận hành định, an chỉ định. Tiếp tục quán sát pháp, vị ấy dần thấu rõ bản chất pháp là vô thường, khổ và vô ngã. Vị ấy đang làm phát triển trạch pháp giác chi trong thất giác chi, và chánh kiến trong bát chánh đạo. Cho nên, tư duy (quán) như ý túc, trạch pháp giác chi và chánh kiến là đồng nghĩa với tuệ.

Các quán trí ấy trên nền tảng của định mà phát sanh, là các tầng bậc của Tuệ, cho đến đạt các đạo tuệ và quả tuệ của tứ quả Thanh Văn.

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

- Tứ như ý túc này nếu được tu tập, được làm cho sung mãn thì đưa hành giả từ bờ bên nầy đến bờ bên kia.

- Với những ai với tứ như ý túc này bị thối thất là Thánh đạo đưa đến chơn chánh đoạn diệt khổ đau bị thối thất; ngược lại, Thánh đạo chơn chánh đưa đến đoạn diệt khổ đau được tăng trưởng.

- Tứ như ý túc này được tu tập, làm cho sung mãn, đưa

đến nhứt hướng yếm ly, ly tham, đoạn diệt, an tịnh, thắng trí, giác ngộ, Niết-bàn.

- Những Tỷ-kheo nào trong thời quá khứ, do đoạn diệt các lậu hoặc, ngay trong hiện tại, tự mình với thắng trí đã chứng ngộ, chứng đạt và an trú vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát; tất cả các vị ấy đều nhờ đã tu tập, đã làm cho sung mãn bốn như ý túc.

Những Tỷ-kheo nào trong thời tương lai, đã đoạn diệt các lậu hoặc ngay trong hiện tại, sẽ tự mình với thắng trí chứng ngộ, chứng đạt và an trú vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát; tất cả những vị ấy đều nhờ tu tập, nhờ làm cho sung mãn bốn như ý túc.

Những Tỷ-kheo nào trong thời hiện tại, này các Tỷ-kheo, do đoạn diệt các lậu hoặc, ngay trong hiện tại, tự mình với thắng trí chứng ngộ, chứng đạt, và an trú vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát; tất cả những vị ấy đều nhờ tu tập, nhờ làm cho sung mãn bốn như ý túc.

- Này Ānanda, những ai đã tu tập bốn như ý túc, tu tập nhiều lần, thật lão luyện, thật chắc chắn, thật bền vững, điêu luyện, thiện xảo, thời nếu muốn, người ấy có thể sống đến một kiếp, hay phần kiếp còn lại[13].

- Tu tập bốn như ý túc như vậy, làm cho sung mãn như vậy, Tỷ-kheo do đoạn tận các lậu hoặc, ngay trong hiện tại, tự mình với thắng trí, chứng ngộ và chứng đạt vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát.

- Tu tập bốn như ý túc trọn vẹn, làm cho sung mãn, Tỷ-

13. *KTr:B, tập I*, Đại Bát Niết-bàn, VNCPHVN.

kheo chứng được sáu loại thần thông.

- Này các Tỷ-kheo, chính do tu tập, do làm cho sung mãn bốn như ý túc này, Tỷ-kheo Moggalāna được đại thần lực như vậy, đại uy lực như vậy.

- Này các Tỷ-kheo, chính do tu tập, do làm cho sung mãn bốn như ý túc này, Tỷ-kheo Moggalāna thực hiện nhiều loại thần thông... có thể tự thân bay đến cõi Phạm thiên.

Và chính nhờ tu tập, nhờ làm cho sung mãn bốn như ý túc này, Tỷ-kheo Moggalāna do đoạn tận các lậu hoặc ngay trong hiện tại, tự mình với thắng trí, chứng ngộ, chứng đạt và an trú vô lậu tâm giải thoát và tuệ giải thoát.

- Những Sa-môn hay Bà-la-môn nào trong thời quá khứ có thần lực lớn, có uy lực lớn, tất cả những vị ấy đều nhờ tu tập, nhờ làm cho sung mãn bốn như ý túc. Những Sa-môn hay Bà-la-môn nào trong tương lai...Những Sa-môn hay Bà-la-môn nào trong hiện tại... có thần lực lớn, có uy lực lớn, tất cả những vị ấy đều nhờ tu tập, nhờ làm cho sung mãn bốn như ý túc.

Qua phần diệu dụng của sự tu tập tứ như ý túc, ta thấy rõ Iddhi không ám chỉ riêng cho thần túc thông. Vị hành giả viên mãn tứ như ý túc sẽ chứng đắc đủ lục thông, đặc biệt lậu tận thông để chứng đắc A-la-hán quả, nên mới gọi là như ý. Đến đây, vị hành giả mãn nguyện, không còn mong ước gì hơn nữa.

Tứ như ý túc là bốn phương pháp, bốn phương tiện giúp hành giả thành tựu định. Trong mỗi pháp đều có ba chi phần: trạng thái tâm (pháp dục, tinh tấn, tâm, tư duy/quán sát), tứ chánh cần và định. Hành giả không chỉ dừng lại

ở mức đạt định. Tứ như ý túc nếu được tu tập đúng pháp, điều chỉnh thích hợp sẽ có quả lớn, lợi ích lớn, uy lực lớn, đoạn tận lậu hoặc, chứng ngộ, chứng đạt, và an trú vô lậu tâm giải thoát, tuệ giải thoát.

Bốn pháp nầy, trong mỗi pháp đều có sự hỗ trợ của ba pháp kia, nhưng cũng có thể xem như bốn nấc thang kế tiếp theo nhau để đưa hành giả từ bến mê sang bờ giác.

***

Câu hỏi hướng dẫn học tập:

1. Thế nào là Tứ như ý túc?

2. Trình bày phương pháp tu tập Tứ như ý túc kết hợp kinh nghiệm bản thân.

3. Lợi lạc khi hành giả tu tập Tứ như ý túc?

4. Trong Tứ như ý túc, thế nào là một pháp có ba pháp kia hỗ trợ? Và có thể xem là bốn nấc thang kế tiếp nhau?

Kinh đọc thêm

1. *Kinh Tương Ưng Bộ, tập V*, Ch.VII (T.U. Như Ý Túc), Phẩm Lầu Rung Chuyển.

2. *Kinh Tương Ưng Bộ, tập V*, Phẩm Bà-la-môn.

3. Thích Chơn Thiện, *Phật Học Khái Luận*, Tiết XII. Tứ Như Ý Túc, Nxb TP. HCM, 1999.

Tài liệu tham khảo

1. *Kinh Trường Bộ, tập I*, VNCPHVN, 1992.

2. *Kinh Tương Ưng Bộ, tập V*, VNCPHVN, 2000.

3. Hòa thượng Thích Minh Châu, *Thắng Pháp Tập Yếu Luận I*, Ban Tu thư Viện Đại học Vạn Hạnh 1971.

4. NT. TN. Huỳnh Liên (dịch), *Tinh Hoa Bí Yếu, kinh Di Giáo*, Nxb Tổng Hợp TP.HCM 2008.

5. Concise Pāli English Dictionary, A.P. Buddhadatta Mahāthera, Motilal Banarsidass Publishers, India, 1989.

6. *Tự điển Pāli -Việt Nam* (thu ngắn), nguyên tác A.P. BY Buddhadatta Mahāthera, Soạn và dịch giả Nāga Mahā Thera: Bửu Chơn, 1976.

Bài 14

NGŨ CĂN - NGŨ LỰC

(*Indriya - Bala*; 五根-五力)

Con đường tu tập của đạo Phật để đạt được mục đích giải thoát tối hậu bao gồm trong 37 phẩm trợ đạo, còn gọi là 37 chi phần giác ngộ (*Bodhi pāksika-Dharma*). Đó là Tứ niệm xứ, Tứ chánh cần, Tứ như ý túc, Ngũ căn, Ngũ lực, Thất giác chi (Thất bồ đề phần) và Bát chánh đạo. Đây là những giáo lý căn bản của mọi đường lối tu tập cho cả Nguyên thủy và Đại thừa Phật giáo; như Đức Phật đã từng khẳng định "...Về sau giáo đoàn có sự sai khác về nếp sống, sinh hoạt, về quy chế tổ chức nhưng không thể có sự sai khác về đường lối tu tập, về 37 phẩm trợ đạo"[1]. Mỗi pháp đều có lãnh vực riêng và lộ trình tâm riêng, nhưng đồng thời nó mang tính thống nhất và đan quyện vào nhau, bổ sung cho nhau. Hán Tạng gọi là Ngũ căn và Ngũ lực.

Năm căn và năm lực là một phần của con đường tu tập nhưng rất quan trọng, có thể nói rằng Ngũ căn, Ngũ lực là những yếu tố giác ngộ căn bản làm nền cho 37 phẩm trợ đạo.

---

1. ĐTKVN, *KT.B, tập III*, kinh Làng Sama; VNCPHVN, 1992, Tr. 67.

I. ĐỊNH NGHĨA VÀ GIẢI THÍCH THUẬT NGỮ:

Đức Phật dạy như sau: "Này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử có lòng tin, đặt lòng tin vào sự giác ngộ của Như Lai rằng: 'Đây là Như Lai, Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn'. Này các Tỷ-kheo, đây được gọi là tín căn". "Này các Tỷ-kheo, dựa vào Tứ chánh cần để thu nhận tinh tấn gì ? Đây gọi là tấn căn". "Này các Tỷ-kheo, cần phải quán niệm căn trong bốn niệm xứ". "Thế nào là định căn? Vị Thánh đệ tử sau khi từ bỏ các pháp sở duyên, được định, được nhất tâm". "Với vị Thánh đệ tử có trí tuệ, này các Tỷ-kheo, tất nhiên tín được an trú, tinh tấn được an trú, niệm được an trú, định được an trú".

a) - Ngũ căn (P. *Pañca-indriya*; S. *Pancendriya*; H. 五根): Căn nghĩa là rễ, là nguồn gốc, là cơ sở xuất phát. Ngũ căn là năm cơ sở tâm lý thiện, từ đó mọi thiện pháp sinh khởi, nói cách khác, chúng là 5 đức tính căn bản cho thiện tính, giải thoát tính, gồm có:

1. Tín căn (P. *Saddhā*; H. 信根): Niềm tin đối với Tam bảo, Tứ đế.

2. Tấn căn (P. *Viriya*; H. 進根): Nỗ lực tu tập thiện pháp.

3. Niệm căn (P. *Sati*; H. 念根): Nhớ nghĩ chánh pháp.

4. Định căn (P. *Samādhi*; H. 定根): Trụ tâm vào một cảnh.

5. Tuệ căn (P. *Paññā*; H. 慧根): Hiểu rõ chân lý.

Tóm lại, Ngũ căn là năm cơ sở sinh khởi của tất cả các thiện pháp.

b) Ngũ lực (P. *Pañca-bala*; H. 五力): Lực là năng lực, là sức mạnh, là năm sức mạnh tinh thần, năm khả năng do thực hành năm căn đưa tới, làm cho hành giả giác ngộ. Nói cách khác, Ngũ lực là kết quả thực hành năm căn, như do tín căn mà có tín lực, gồm có Ngũ lực:

1. Tín lực (P. *Saddhā bala*; H. 信力): Là tâm loại bỏ được hoài nghi và những niềm tin sai lầm.

2. Tấn lực (P. *Viriya bala*; H. 進力): Là năng lực tu tập diệt trừ bất thiện pháp gồm trong Bốn chánh cần.

3. Niệm lực (P. *Sati bala*; H. 念力): Là sức mạnh do tu tập hành Bốn niệm xứ.

4. Định lực (P. *Samādhibala*; H. 定力): Là sức mạnh do tu tập thiền định loại bỏ mọi tham ái.

5. Tuệ lực (P. *Paññā bala*; H. 慧力): Là sức mạnh nhờ tuệ tri về Bốn chân lý, đoạn tận vô minh.

Mối quan hệ giữa Căn và Lực là mối quan hệ nhân quả, hỗ tương: Tu tập căn thì phát huy sức mạnh của lực, sức mạnh của lực sẽ làm cho căn càng vững chắc. Ví dụ: Khi phát khởi đức tin đối với Tam bảo, đức tin ấy có tác dụng đưa mình vào con đường thiện, khi vào con đường thiện thì đức tin đối với Tam bảo càng sâu.

II PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

1. Tín căn và Tín lực: Là niềm tin, là sự tin tưởng hay một lý tưởng để hướng đến. Ở đây, sadha là niềm tin vào bậc Đạo sư (Đức Phật) và giáo pháp của Ngài, là bước đầu xây dựng lộ trình tâm hướng thượng và hướng thiện. Niềm tin của người Phật tử là biểu hiện của sự thấy biết sâu sắc của chánh kiến.

Con người ai cũng có một niềm tin, một lý tưởng tựa cho tinh thần và hành động, ai cũng có một mục tiêu để hướng đến. Một người nếu không có một niềm tin nào trong đời sống của mình, người đó sẽ mất phương hướng, sẽ sống vội và sống ích kỷ, sẽ bị sa đọa và gặt hái khổ đau. Có người tin vào tài sản tiền bạc, lấy tài sản làm nơi trú ẩn, nương tựa, họ an tâm khi tài sản tăng trưởng. Có người tin vào tình yêu, cho đó là lẽ sống của đời họ, nếu không có tình yêu, cuộc đời sẽ mất hết ý nghĩa, v.v... Nhưng sớm muộn gì, người ta sẽ nhận ra rằng những đối tượng của niềm tin thế tục có nguy cơ đưa đến bất an, bất hạnh và khổ đau. Kinh nghiệm về khổ đau thường trực trong cuộc đời làm cho con người thức tỉnh, họ bắt đầu hướng tâm tìm kiếm những đối tượng cao siêu nào đó để tin tưởng, để làm mục tiêu và lý tưởng của đời mình.

Người Phật tử khởi lên niềm tin đối với Đức Phật, hay nói một cách đầy đủ: Phật, Pháp và Tăng, lấy Tam bảo làm nơi nương tựa, làm mục tiêu và lý tưởng của đời mình. Như vậy, tín căn bắt đầu phát triển. Đức Phật dạy về tín căn như sau: "Này các Tỷ-kheo, vị Thánh đệ tử có lòng tin, đặt lòng tin vào sự giác ngộ của Như Lai rằng: 'Đây là Như Lai, Ứng Cúng, Chánh Biến Tri, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhân Sư, Phật, Thế Tôn'. Này các Tỷ-kheo, đây được gọi là tín căn"[2]. Chữ "căn" trong đạo Phật có ý nghĩa là gốc rễ ở tâm thức, như nói: "Thiện căn ở tại lòng ta"[3]. Lòng tin của

2. ĐTKVN, *KTUB, tập V*; VNCPHVN, 1993, Tr. 308-309.

3. Nguyễn Du, *Truyện Kiều*, Tp. Hồ Chí Minh, Nxb Thanh Niên, 1999, Tr. 212.

người Phật tử xuất phát từ một cuộc chuyển hóa nội tâm, một sự hiểu biết khởi lên từ kinh nghiệm thực tiễn: Cuộc đời đầy đau khổ, thấy khổ và mong muốn thoát khổ là cơ sở của niềm tin trong đạo Phật. Như vậy, niềm tin của đạo Phật luôn bao hàm lý trí chứ không thuần túy đức tin, thuần túy theo quan điểm thần học. Đức Phật thường dạy: "Tin ta mà không hiểu ta là phỉ báng ta".

Tin tưởng vào Đức Phật, giáo pháp và chúng Tăng có nghĩa là tin tưởng vào điều thiện, hướng về con đường giải thoát. Khi niềm tin đối với Tam bảo được xác lập thì con người sẽ từ bỏ các hành vi bất thiện, làm giảm nhẹ áp lực của tham lam, sân hận và si mê. Ở trong tâm thức mình sẽ hình thành sức mạnh hướng về điều thiện, thích thú với điều thiện và nỗ lực thực hành điều thiện, đó gọi là tín lực.

Tu tập phát triển sức mạnh của niềm tin sẽ đưa đến khả năng từ bỏ một cách dứt khoát đối với điều ác, coi nhẹ các dục lạc thế tục bao gồm tình cảm, tài sản, danh vọng..., sức mạnh ấy sẽ đưa đến đoạn trừ tham, sân, si, ích kỷ... Đức Phật dạy: "Này các Tỷ-kheo, tu tập tín lực liên hệ đến viễn ly, ly tham, đoạn diệt sẽ hướng đến từ bỏ..., hướng đến Niết-bàn"[4]. Mặt khác, khi phát triển năng lực, niềm tin bạn sẽ không còn nghi ngờ hay do dự đối với thiện pháp và pháp môn, như bạn có niềm tin vững chắc với Tam bảo thì bạn sẽ nhận thức rõ rằng điều thiện là đáng làm, rằng tu tập thiền định là tốt đẹp cho tâm thức, là cách đoạn trừ phiền não... bạn không nghi ngờ gì về điều ấy, cuộc đời bạn có một đường lối rõ ràng.

4. ĐTKVN, *KTUB, tập V*; VNCPHVN, 1993, Tr. 386.

Người Phật tử có niềm tin đối với Tam bảo mà cuộc sống vẫn đầy rẫy những tranh chấp, tham đắm, hận thù, thì người ấy chưa thật sự có niềm tin đúng đắn, do đó không phát huy được sức mạnh của niềm tin.

Tóm lại, tín căn và tín lực là cơ sở và năng lực của niềm tin đưa đến từ bỏ điều ác, thực hành điều thiện, là lối thoát cho mọi bất hạnh và khổ đau, bất an. Đó cũng là thái độ coi trọng chân lý, đặt mục tiêu và lý tưởng mình nơi chân lý.

2. Tấn căn và tấn lực: Chính là nội dung của chánh tinh tấn trong bát chánh đạo, Tứ chánh cần trong 37 phẩm trợ đạo và tinh tấn trong thất giác chi. Tấn căn là sự nỗ lực đúng đắn để đoạn trừ điều ác, phát triển điều thiện. Đức Phật dạy: "Này các Tỷ-kheo, dựa vào tứ chánh cần để thu nhận tinh tấn gì? Đây gọi là tấn căn"[5].

Khi đã có được niềm tin đối với Tam bảo một cách vững chắc, năng lực của niềm tin sẽ đẩy bạn đi tới, nghĩa là khởi lên tâm ước muốn hành động, muốn dấn thân để vươn tới cái tối thiện. Do đó, sự nỗ lực tinh cần, nhiệt tâm khởi lên, đó là tấn căn. Tấn căn như là hệ quả tất yếu của niềm tin, nếu tấn căn không xuất hiện tức là đức tin của bạn chưa đúng mức.

Bất cứ một công việc gì hay ước nguyện gì nếu không có sự nỗ lực tinh cần thì không thể thành đạt gì. Vì vậy, tinh tấn là một đức tính căn bản luôn luôn có mặt trên lộ trình tu tập từ bước đầu tiên cho đến mục tiêu cuối cùng. Một người có nhiệt tâm siêng năng làm việc hay thực hành các hình thức tu tập như tụng kinh, làm việc thiện, dầu vậy vẫn không được coi là tinh tấn. Bởi lẽ có thể có

5. ĐTKVN, *KTUB, tập V*; VNCPHVN, 1993, Tr. 311.

những động cơ vì danh, vì lợi đằng sau các hoạt động siêng năng ấy, có thể đưa đến phá hoại các thiện pháp.

Tiêu chuẩn của tinh tấn được trình bày qua Tứ chánh cần, bốn lãnh vực nỗ lực chân chánh:

a) Nỗ lực tinh cần không cho sinh khởi các điều ác chưa sinh.

b) Nỗ lực tinh cần đoạn trừ các điều ác đã sinh.

c) Nỗ lực tinh cần làm phát khởi các thiện pháp chưa sinh.

d) Nỗ lực tinh cần làm tăng trưởng những điều thiện đã sinh.

Bốn lãnh vực tinh cần có thể được hiểu như sau:

- Tinh cần chế ngự sáu giác quan đừng để sáu giác quan bị chi phối và lôi cuốn theo các đối tượng tham dục, làm cho các phiền não chưa sinh sẽ sinh.

- Tinh cần đoạn trừ những tư duy bất thiện gồm có lòng tham dục, sân hận và hãm hại. Đó chính là động cơ của mọi lỗi lầm, tội ác.

- Tinh cần tu tập các phương pháp mà Đức Phật đã dạy như Thất giác chi, Bát chánh đạo, qua đó làm phát khởi các thiện tâm, các công đức.

- Tinh cần hộ trì, tu tập giữ gìn các thiện pháp đã có mặt đừng để thối thất, nhờ đó mà phát triển đạo lực và tuệ giác[6].

Các công đức, thiện tâm được hiển lộ dần dần chi phối toàn bộ dòng tâm thức, những tâm lý ô nhiễm không có

6. ĐTKVN, *KTCB, tập I*; VNCPHVN, 1993.

điều kiện tồn tại, tâm thức được năng lực tinh tấn bảo vệ như người chiến sĩ khoác chiếc áo giáp, đây là tác dụng của tinh tấn là tấn lực.

Người có tấn lực không dễ sa ngã vào dòng đời vì tấn lực có năng lực đưa bạn thiên về Niết-bàn, hướng về Niết-bàn, xuôi về Niết-bàn.

Tóm lại, niềm tin tạo nên ước muốn hướng thiện, hành thiện và tinh tấn là thực hiện một cách tích cực các thiện pháp. Không có tinh tấn thì sẽ dang dở công phu như *kinh Di Giáo* dạy: "Nếu người hành đạo mà hay biếng nhác phế bỏ thì cũng như kéo lửa chưa nóng mà ngừng, dầu thiết tha có lửa, lửa cũng không có được"[7]. Sức mạnh của tinh tấn sẽ nhanh chóng đưa hành giả đến mục đích giải thoát như *kinh Pháp Cú*, Phật dạy:

"Tinh cần giữa phóng dật
Tỉnh thức giữa quần mê
Người trí như ngựa phi
Bỏ sau những ngựa què"[8] (PC 29).

3. Niệm căn và niệm lực: Niệm căn là khả năng chánh niệm tỉnh giác, là dụng tâm an trú vào các đối tượng cần an trú để đình chỉ sự tán loạn của tâm lý, đồng thời phát triển tuệ giác nhờ an trú tâm trên các đối tượng ấy, nghĩa là an trú tâm vào bốn lãnh vực thân thể, cảm giác, tâm ý và đối tượng tâm lý, ta quen gọi là Tứ niệm xứ hay Tứ niệm trụ.

---

7. Thích Viên Giác, *Kinh Di Giáo Lược Giải*, Hà Nội, Nxb Tôn Giáo, 2001, Tr. 83.

8. Hòa thượng Thích Minh Châu (dịch), *Kinh Pháp Cú*, TP. Hồ Chí Minh, Nxb Tp. Hồ Chí Minh, 1996, Tr. 26.

Đức Phật dạy: "Này các Tỷ-kheo, cần phải quán niệm căn trong Bốn niệm xứ"[9].

Năng lực chánh niệm sẽ làm nền cho định lực và tuệ giác phát triển, năng lực ấy đều có sẵn trong tự thân của mỗi người. Thông thường ta phóng tâm chạy theo ngoại cảnh qua các giác quan, bị ngoại cảnh chi phối dẫn dắt làm phân tán năng lực tâm thức. Chánh niệm là không phóng tâm theo ngoại cảnh nữa mà quay về nội quán, làm chủ các hoạt động của thân tâm, nghĩa là biết rõ và chú ý về các hoạt động của thân thể, của các cảm giác vui buồn, các tư duy và các đối tượng tư duy. Nhờ Chánh niệm, ta thấy rõ các hoạt động của thân thể và tâm lý nên ta có thể chuyển hóa chúng từ thác loạn thành ổn định, từ ô nhiễm thành thanh tịnh, từ khổ đau thành hạnh phúc. Con đường Chánh niệm được coi là con đường duy nhất phải đi qua để đạt được mục đích giải thoát. Đức Phật dạy: "Đây là con đường duy nhất để giúp chúng sanh thực hiện thanh tịnh, vượt thắng phiền não, tiêu diệt khổ ưu, đạt tới Chánh đạo và chứng nhập Niết-bàn, đó là con đường an trú Tứ niệm xứ"[10].

Niệm lực là tác dụng của chánh niệm, nhờ chánh niệm mà phiền não được tiêu diệt và thiện pháp được an trú vững chắc. Tác dụng của chánh niệm có thể phân tích như sau:

- Nhờ chánh niệm mà các tâm lý tham dục, sân hận và tà kiến dừng lại, sự kích thích các tâm lý bất thiện không sinh, các phiền não lo lắng, sợ hãi không có cơ hội phát triển và xâm nhập, như Phật dạy:

9. ĐTKVN, *KTUB, tập V*; VNCPHVN, 1993, Tr. 306.

10. Đại ĐTKVN, *KT.B, tập I, kinh Niệm Xứ*: VNCPHVN, 1992, Tr. 131-132.

"Như ngôi nhà khéo lợp
Mưa không xâm nhập vào
Cũng vậy, tâm khéo tu
Tham dục không xâm nhập"[11] (PC 14).

- Nhờ chánh niệm mà giữ gìn và an trú các thiện pháp, các công đức như bố thí, trì giới, tinh tấn, thiền định và trí tuệ, các công đức này được bảo vệ và phát triển. Nếu mất chánh niệm thì các công đức cũng mất.

- Nhờ chánh niệm mà tâm hồn được vững chãi, an ổn, thanh thản. Có thể làm việc, sinh hoạt, tham dự mọi hoạt động xã hội mà không bị ô nhiễm hay phiền não tác động chi phối, như Phật dạy trong *kinh Di Giáo*: "Nếu chánh niệm có sức lực vững mạnh thì dầu vào trong đám giặc ngũ dục cũng không bị chúng sát hại như tướng sĩ lâm trận mà mặc áo giáp lát đồng thì không còn sợ hãi gì nữa"[12]. Sống gần gũi với ngũ dục mà không bị chúng làm hại, đó là đặc tính và tác dụng độc đáo của chánh niệm.

Tóm lại, khi ta trở về an trú tâm, tỉnh giác trên các đối tượng như thân thể khi đi, đứng, nằm, ngồi... an trú tâm vào hơi thở vào ra, ta bắt đầu lấy lại quyền tự chủ, tâm lý tán loạn trở nên thuần thục và tập trung. Phát triển năng lực chánh niệm sâu hơn, ta làm chủ các cảm giác sung sướng hay khổ đau, tâm tư có hay không có tham lam, giận hờn, hãm hại, an trú tâm trên các pháp môn tu tập quán chiếu như vô thường, vô ngã, duyên

11. *Kinh Pháp Cú*, Opcit, Tr. 18.
12. Thích Viên Giác, *kinh Di Giáo Lược Giải*, Nxb Tôn Giáo, 2001, Tr. 89.

sinh... Nhờ đó, các hoạt động tán loạn và vô ích của tâm sẽ đình chỉ, tâm sẽ ổn định và hướng về một hướng: thanh tịnh Niết-bàn.

4. Định căn và định lực: định căn là khả năng tập trung của tâm vào một đối tượng, thường thì tâm ta theo đuổi các đối tượng liên tiếp không ngừng nghỉ, những đối tượng thường được tâm ta bám víu theo đuổi là sắc đẹp, tiếng hay, hương thơm, vị ngon, xúc chạm êm dịu và những ảnh tượng tư duy. Nói về định căn, Đức Phật dạy: "Thế nào là định căn? Vị Thánh đệ tử sau khi từ bỏ các pháp sở duyên, được định, được nhất tâm"[13]. Hoặc nói theo kinh Di Giáo: "Các thầy Tỷ-kheo, tập trung tâm lại thì tâm sẽ ở trong thiền định". Các pháp sở duyên là các đối tượng mà tâm nhận thức, khi bị các đối tượng dẫn dắt chi phối, tâm ở vào trạng thái tán loạn. Tập trung tâm lại là gom tâm về một mối, nghĩa là trên một đối tượng cho đến khi tâm chủ thể và đối tượng là một thì tâm ở trong trạng thái thiền định. Khi ta tập trung vào một đối tượng chuyên nhất mà sự chuyên nhất ấy làm lòng tham, sân, hại tăng trưởng thì gọi là tà định. Nếu sự chuyên nhất ấy đưa đến thanh tịnh, viễn ly tham, sân... thì gọi là chánh định.

Tập trung tâm vào một đối tượng là ý nghĩa của chữ samādhi, tịnh hay chỉ. Tập trung tâm vào một đề mục quán chiếu là ý nghĩa của chữ vipassana, tức thiền quán. Thiền định chân chính là bao gồm cả hai ý nghĩa ấy.

Định lực là năng lực của thiền định, thiền định tạo ra năng lực đoạn trừ các thế lực tâm lý bất thiện, các thế lực

13. ĐTKVN, *KTUB, tập V*; VNCPHVN, 1993, Tr. 311-312.

ấy sâu có cạn có, tùy theo tác dụng mạnh hay yếu mà thiền định có thể đưa tâm an tĩnh đến mức độ nào. Đức Phật thường đề cập đến thiền định qua bốn cấp độ: sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền. Khi tâm có định thì có tác dụng đoạn trừ năm yếu tố trói buộc và gây bất ổn tâm lý, đó là:

- Tham dục: Những ước muốn bất thiện, là các đối tượng thích ý làm tâm dao động.

- Sân hận: Những sự bất mãn không thích đối với các đối tượng không vừa ý, làm tâm dao động.

- Hôn trầm thụy miên: Trạng thái buồn ngủ, thụ động trầm uất u trệ làm tâm không tỉnh giác.

- Trạo hối: Trạng thái tâm chao đảo, chập chờn làm tâm dao động không yên.

- Hoài nghi: Trạng thái tâm lý do dự không quyết định làm tâm không vào định được.

Năm trạng thái tâm lý tích cực dần dần đi sâu vào nhất tâm được thành tựu, đó là: Tầm, là trạng thái tâm ý và đối tượng hướng vào nhau; tứ, là trạng thái tâm ý và đối tượng gắn chặt với nhau, tuy hai mà một; hỷ, là trạng thái tâm lý hoan hỷ do định mà có; lạc, là trạng thái vượt qua hỷ, một sự thỏa mãn thân tâm; nhất tâm, là trạng thái không còn dao động, đây là ý nghĩa của định.

Tóm lại, định có được là nhờ niệm lực, như khu vườn được làm sạch cỏ, cây trái được trồng chỉ cần siêng năng chăm bón là đơm hoa kết trái. Thiền định chủ yếu là đừng để các đối tượng tham dục khuấy động, đừng để dòng tư duy tuôn chảy bất tận, phải làm cho tâm dục đình chỉ và xả ly sự rối loạn của tư duy. Như vậy, những tạp niệm, những

tâm lý bất an, thụ động, bám víu đều được xả ly và tâm định an trú.

5. Tuệ căn và Tuệ lực: trí tuệ là khả năng thấy biết một cách sâu sắc về bản chất của con người và thế giới, biết rõ các nguyên lý chánh tà, thiện ác; thấy rõ tính vô thường, vô ngã duyên sinh một cách trực tiếp. Chánh kiến, chánh tư duy là những biểu hiện của trí tuệ. Trí tuệ là nền tảng của mọi đức tính, Đức Phật dạy: "Với vị Thánh đệ tử có trí tuệ, này các Tỷ-kheo, tất nhiên tín được an trú, tinh tấn được an trú, niệm được an trú, định được an trú"[14]. Như vậy, trí tuệ vừa là nguyên nhân vừa là kết quả của các thành quả tu tập. Trong mọi lãnh vực, mọi pháp môn, trí tuệ luôn luôn dẫn đầu; do đó, trí tuệ được người Phật tử coi là sự nghiệp của đời mình (duy tuệ thị nghiệp).

Trong *kinh Căn Bản Pháp Môn*[15], Đức Phật dạy có có ba cấp độ nhận thức[16]:

a/ Cấp độ một gọi là tưởng tri (H. 想知): là nhận thức thông thường qua kinh nghiệm các giác quan, nhận thức bị hạn chế bởi sự hạn chế của giác quan, chúng mang tính nhị nguyên phân biệt chủ thể và đối tượng, còn gọi là nhận thức hữu ngã.

b/ Cấp độ hai gọi là thắng tri (P. *Abhinnattha*; H. 勝知): là nhận thức trực tiếp qua thiền định, thấy rõ tâm lý và vật lý là một chuỗi duyên sinh vô ngã, ở đây chủ thể và đối tượng tan biến trong cái thấy sáng tỏ.

14. ĐTKVN, *KTUB, tập V*; VNCPHVN, 1993.
15. ĐTKVN, *KT.B, tập I*, VNCPHVN,1992.
16. ĐTKVN, *KT.B, tập I*, VNCPHVN, 1992.

c/ Cấp độ ba gọi là liễu tri (P. *Parinnattha*; H. 了知): là trên cơ sở thắng tri nhận thức viên mãn, nhổ tận gốc rễ của sự tham ái và chấp thủ. Chủ thể và đối tượng là một, giải thoát mọi ràng buộc của ba cõi.

Trí tuệ chính là khả năng của thắng tri và liễu tri, có thể nói gọn trí tuệ là nhận thức không ô nhiễm, đoạn tận mọi tham ái. Sức mạnh của trí tuệ gọi là tuệ lực, một người có trí tuệ là có sức mạnh:

- Đoạn trừ phiền não, bất thiện pháp mà căn bản là sự tham đắm si mê đối với năm dục lạc.

- Đoạn trừ sự chấp thủ, mê đắm đối với các quan điểm, luận thuyết, tư duy, tư tưởng..., biết rõ đấy là mê cung đưa đến rối loạn và khổ đau.

- Đoạn trừ sự chấp ngã, sự bám víu vào cái ta và cái của ta, đồng thời xuất hiện tâm từ, bi, hỷ, xả.

- Đoạn trừ vô minh vi tế, thành tựu giải thoát và giải thoát tri kiến, đủ phương tiện độ sanh.

Tóm lại, "trí tuệ chân thực là chiếc thuyền chắc nhất vượt biển sinh, lão, bệnh, tử; là ngọn đèn sáng nhất đối với hắc ám vô minh; là thần dược cho mọi kẻ bệnh tật; là búa sắt chặt cây phiền não"[17]. Như vậy, tuệ được coi là tối thượng của sự giải thoát.

III. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Như Đức Phật đã dạy: "Cần phải quán tín căn trong bốn dự lưu phần. Cần phải quán tấn căn trong tứ chánh cần.

17. Thích Viên Giác, *kinh Di Giáo Lược Giải*, Opcit, tr. 99.

Cần phải quán niệm căn trong tứ niệm xứ. Cần phải quán định căn trong bốn sắc thiền. Cần phải quán tuệ căn trong tứ thánh đế". Như vậy, tu tập Ngũ căn, Ngũ lực nằm trong 37 phẩm trợ đạo. Ở đây chúng ta cần tu tập theo thứ tự, trước hết là tu tập lòng tin đối với Phật Pháp Tăng và Giới. Sự kính trọng Tam bảo, sùng mộ Phật pháp làm tăng trưởng những cảm xúc thánh thiện, nhờ vậy sẽ có sức đề kháng với những cảm xúc tiêu cực, u ám... Từ sự tin tưởng và kính trọng Tam Bảo sẽ đưa đến sự hân hoan phấn khởi thích làm các Phật sự và sự nỗ lực nâng cao giá trị thiện pháp ở trong đời sống của mình; khi đã có nỗ lực tinh cần đối các điều thiện, tâm thức sẽ ổn định hướng đi, sự chú ý và quan tâm đến Phật sự hay những giá trị tâm linh sẽ được an trú và chi phối xu hướng của tâm. Từ đó, tâm được thuần tịnh, loại bỏ các rối loạn do dục vọng điều khiển. Tâm được lắng sâu và sự tỉnh giác làm cho trí tuệ sinh khởi, thấu rõ sự vận hành và bản chất của hiện tượng giới. Nhờ tu tập Ngũ căn một cách xuyên suốt sẽ đưa đến kết quả như sau: "Với sự toàn diện, này các Tỷ-kheo, với sự viên mãn Ngũ căn này có thể chứng A-la-hán. Yếu nhẹ hơn thì bậc Bất lai. Yếu hơn thì bậc Nhất lai. Yếu nhẹ hơn nữa là bậc Thất lai. Yếu nhẹ hơn là bậc Tùy pháp hành. Yếu hơn thì sẽ là bậc Tùy tín hành".

Như vậy, Ngũ căn, Ngũ lực là những đức tính căn bản cho mọi thiện pháp và mọi đường lối giải thoát sinh tử. Lộ trình tâm được trình bày qua Ngũ căn, Ngũ lực là lộ trình giải thoát, một pháp mộn tu tập tuần tự từ thấp đến cao. Khi bạn có niềm tin vào điều thiện, có chỗ để hướng tâm trí của mình, bạn sẽ có niềm vui, lòng nhiệt thành và nỗ lực thực hiện lý tưởng của mình. Khi nỗ lực nhiệt tâm đã phát khởi, tâm ý của bạn sẽ an trú vào những đối tượng và mục

đích cần thiết, bạn không còn hoang mang do dự theo kiểu "tiền lộ mang mang, vị tri hà vãng" (Cảnh sách) - nghĩa là đường trước mịt mờ chẳng biết đi về đâu. Tâm trí của bạn chỉ hướng về một điểm, soi sáng vào một điểm, dần dần sự thật hiển lộ dưới tuệ giác của bạn. Đến đây, mọi ưu phiền, đau khổ, tham dục, hận sầu đều rơi rụng; bạn có một đời sống thanh thản và tịnh lạc.

Ngũ căn, Ngũ lực là một pháp môn có thể thực tập riêng và đưa đến kết quả giải thoát, đồng thời pháp môn này vẫn có thể tu tập một cách dung thông với tất cả các phẩm trợ đạo mà không có chướng ngại gì, tất cả đều quy về một hướng: Hướng về Niết-bàn.

***

Câu hỏi hướng dẫn học tập:

1. Giải thích thuật ngữ của Ngũ căn và Ngũ lực?

2. Giải thích về mối quan hệ giữa Ngũ căn và Ngũ lực với các pháp trong 37 phẩm trợ đạo?

3. Lộ trình tu tập Ngũ căn và Ngũ lực như thế nào?

4. Tu Tập Ngũ căn và Ngũ lực sẽ đạt được quả vị gì?

Tài liệu tham khảo

1. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trung Bộ, tập I*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1992.

2. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trung Bộ, tập III*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1992.

3. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Tương Ưng Bộ, tập V*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1993.

4. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Tăng Chi, tập I*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1993.

5. Hòa thượng Thích Minh Châu (dịch), *kinh Pháp Cú*, Nxb Tp. Hồ Chí Minh, 1996.

6. Thích Chơn Thiện, *Phật Học Khái Luận*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1997.

7. Thích Viên Giác, *kinh Di Giáo Lược Giải*, Hà Nội, Nxb Tôn Giáo, 2001.

8. Nguyễn Du, *Truyện Kiều*, Tp. Hồ Chí Minh, Nxb Thanh Niên, 1999.

Bài 15

THẤT GIÁC CHI

(P. *Bojjhaṅga*; H. 七覺支)

Thất giác chi là một trong bảy chi phần của 37 trợ đạo thuộc Đạo đế, con đường đưa hành giả đi vào giải thoát, chứng ngộ Niết-bàn. Nhân duyên Đức Phật thuyết giảng về Thất giác chi là do tôn giả Đại-ca-diếp mắc trọng bệnh, đau đớn kịch liệt, khó có thể kham nhẫn, an lạc[1]. Về tên gọi bảy pháp tu tập này thì thông dụng thường định danh là Thất giác chi; tuy nhiên tùy theo sự sớ giải về ý nghĩa riêng biệt mà Luận Đại Tỳ Bà Sa gọi là Thất đẳng giác chi, Thất biến giác chi, Thất bồ đề phần, Thất giác phần, Thất giác ý, Thất giác chi, Thất giác chi pháp, Thất giác ý pháp. Thất giác chi gồm "Niệm giác chi, Trạch pháp giác chi, Tinh tấn giác chi, Hỷ giác chi, Khinh an giác chi, Định giác chi và Xả giác chi".

I. ĐỊNH NGHĨA

Thất giác chi (P. *Bojjhaṅga*; H. 七覺支): Là bảy phương thức để hành giả ứng dụng vào việc tu tập tâm để chứng

1. ĐTKVN, *KTƯB, tập V*, tiểu mục Bệnh, VNCPHVN, 1993, tr. 125 - 128.

đắc quả vị Thánh giả, đi vào giải thoát. *Kinh Tương Ưng Bộ* định nghĩa về bảy pháp giác chi như sau:

"Cái gì là chánh niệm đối với nội pháp và ngoại pháp, cái ấy gọi là Niệm giác chi. Cái gì là quan sát, là quyết trạch, tư sát với trí tuệ, đối với các nội pháp và ngoại pháp, cái ấy là Trạch pháp giác chi. Cái gì là thân tinh tấn, là tâm tinh tấn, cái ấy là Tinh tấn giác chi. Cái gì là có hỷ có tầm, có tứ và hỷ không có tầm, không có tứ, cái ấy gọi là Hỷ giác chi. Cái gì thân khinh an và tâm khinh an, cái ấy gọi là Khinh an giác chi. Cái gì là định có tầm, có tứ và định không tầm, không tứ, cái ấy là Định giác chi. Cái gì là xả đối với nội pháp, xả với ngoại pháp, cái ấy gọi là Xả giác chi"[2].

Như thế, Thất giác chi là bảy phương pháp tu tập tâm và thân của một hành giả hướng tâm đến giải thoát. Khởi đầu là Niệm giác chi và kết thúc là Xả giác chi trong một tiến trình nối kết, liên hệ giữa thân - tâm và nội - ngoại các pháp. Thực chất đây là lộ trình tu tập mà Phật và các bậc Thánh đi qua, bao gồm giới, định, tuệ.

II. GIẢI THÍCH CÁC THUẬT NGỮ

1. Niệm giác chi (P. *Sati-sambojjhaṅga*; H. 念覺支):

Niệm giác chi là hành giả bước đầu thực tập giới học, phòng hộ các căn, chánh niệm tỉnh giác. Theo nghĩa từ nguyên, "niệm" là nhớ nghĩ, "giác" là sự tỉnh giác. Niệm giác chi là luôn nhớ nghĩ và tỉnh giác về tự tính Phật vốn thanh tịnh của mình, khởi tâm nhìn các pháp vốn như thật và an trú trong tự tính vốn thanh tịnh hoà hợp của mình đối

2. ĐTKVN, *KTƯB, tập V*, Chương II, Tương ưng giác chi, VNCPHVN, 1993, *KTƯB, tập V*, 1993, tr.99.

với mọi người. Thức ăn của Niệm giác chi, làm cho Niệm giác chi sinh khởi và viên mãn là như lý tác ý. Đây là cơ sở để cho các tạp niệm được loại trừ, vọng niệm không dấy khởi. Thực tế, hằng ngày khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần thì thân tâm luôn vọng động bởi tạp niệm. Tạp niệm chính là nguyên nhân làm cho tâm con người không an tịnh, làm chướng ngại sự phát triển về tâm thức và dẫn đến rối loạn về tâm sinh lý. Trong khi đó, chánh niệm giúp tự thân ổn định tâm thức, có khả năng phân biệt các pháp, đâu là pháp thiện, đâu là pháp bất thiện. Cho nên, *kinh Trung A-hàm*, bài Kinh Niệm nói rõ: "Một Tỷ-kheo không hề lãng quên, có chánh trí, thì thường có chánh niệm, chánh trí. Nếu có chánh niệm, chánh trí thì thường gìn giữ các căn, giữ giới không hối hận, hoan duyệt, hoan hỷ, tĩnh chỉ, lạc định, tri kiến như thật, nhàm chán, vô dục, giải thoát, nếu đã giải thoát thì liền chứng đắc Niết-bàn"[3].

2. Trạch pháp giác chi (P. *Dhammavicaya -sambojjhanga*; H. 擇法覺支):

Trạch pháp giác chi là pháp thứ hai được đề cập trong Thất giác chi. Quá trình thực thi pháp này được hưng khởi khi hành giả quan sát các pháp và dùng trí tuệ để quyết trạch các pháp, tư sát các pháp để tu tập tùy theo căn cơ và sở đắc của mình. Cơ sở để cho trạch pháp giác chi hưng khởi và vận hành là như lý tác ý trên các pháp thiện, bất thiện, liệt hạ hay thù thắng. Tại đây, hành giả hội đủ điều kiện để chọn lựa pháp môn tu tập dưới cái nhìn của chánh kiến và sự suy tư về pháp giữa muôn vàn pháp môn. Vấn

3. ĐTKVN, *KTrAH, tập II*, Kinh Niệm, VNCPHVN, 1992, tr 523 - 524.

đề đặt ra trong quá trình giác sát, hành giả phải chọn được pháp môn tu học để thăng tiến trí tuệ, phẩm hạnh được thành tựu. Trong trường hợp nếu hành giả không có sự chọn lựa thích ứng với điều kiện, căn cơ, hoàn cảnh để hành trì, tu tập tâm hành giả sẽ rơi vào trạng thái dao động, dẫn đến sự thối tâm. Cũng vì lý do này mà mỗi chi phần trong bảy pháp phải thể hiện được ý chí thẳng tiến đến Niết-bàn nên luận Đại Tỳ Bà Sa gọi Thất giác chi là Thất giác chí, hay Thất giác chi phần, Thất giác ý pháp.

Trạch pháp - chọn lựa pháp, còn ý nghĩa loại trừ các pháp bất thiện, hạ liệt trong khi giác sát, quán chiếu các pháp. Nó khéo léo hướng tâm hành giả viễn ly các pháp ác, ly tham, không còn muốn nắm giữ dẫn đến từ bỏ. Tại đây hành giả không bị hệ luỵ bởi sự ràng buộc, vây bủa của các trần. Bởi vì trong khi giác chi này được vận hành, các căn sẽ trở nên thanh tịnh nhờ quá trình trạch pháp xảy ra liên tục. Do đó, hành giả an trú trong pháp môn tu tập sau khi trạch pháp và hướng tâm giải thoát, an lạc, quảng đại vô biên đến khắp mọi người, mọi nơi theo sở nguyện của mình. Kinh Tương Ưng dạy "Ở đây, đối với vị Tỷ-kheo tu tập Trạch pháp giác chi liên hệ đến viễn ly, ly tham, đoạn diệt, hướng đến từ bỏ, quảng đại, vô lượng, không sân, khát ái được đoạn tận. Do khát ái được đoạn tận nên nghiệp được đoạn tận. Do nghiệp được đoạn tận nên khổ được đoạn tận"[4].

3. Tinh tấn giác chi (P. *Viriya-sambojjhanga*; H. 精進覺支):

---

4. ĐTKVN, *KTƯB, tập V, chương II, Tương ưng giác chi*, VNCPHVN, 1993, tr. 99 - 100.

Tinh tấn giác chi là chi phần có mặt trong quá trình tu tập tâm và thân. Có thể nói sự tinh tấn, không phóng dật, không lười biếng đưa đến sự nhiệt tâm tinh cần giúp hành giả loại bỏ các pháp bất thiện, chú tâm nỗ lực hành trì các pháp thiện. Kinh nghiệm thực tiễn cho thấy, mỗi khi hành giả tinh tấn thực hành chánh pháp thì lúc đó toàn tâm và thân có sự tác động mạnh mẽ vào sự hưng khởi các pháp thiện chưa sinh làm cho chúng phát sinh, các pháp thiện đã sinh thì làm chúng phát triển đi đến sự viên mãn; các pháp bất thiện chưa sinh khởi thì không có khả năng bộc phát, các pháp bất thiện đã sinh khởi thì có khả năng viễn ly, đi đến đoạn trừ. Cơ sở để cho tinh tấn phát sinh và đi đến thành tựu viên mãn là như lý tác ý trên sự dõng mãnh hành trì giới, tinh cần về giới, phòng hộ các căn, không cho các căn nhiễm ô bụi trần. Đức Phật thường khuyến cáo các hành giả sống an trú trong sự tỉnh thức và học hỏi hành trì pháp tinh tấn: "Vị Tỷ-kheo vô sự, sống ở nơi vô sự, nên học hạnh tinh tấn, không giải đãi. Nếu Tỷ-kheo vô sự sống nơi vô sự mà lại thường không tinh tấn sẽ bị các Tỷ-kheo khác chỉ trích và cật vấn: "Vị Hiền giả vô sự này sống ở nơi vô sự làm gì? Vì sao thế? Vì Hiền giả vô sự này sống ở nơi vô sự không tinh tấn, mà trái lại còn giải đãi". Nếu vị ấy đến giữa đại chúng, cũng sẽ bị các Tỷ-kheo khác quở trách, cật vấn. Do đó, các Tỷ-kheo vô sự sống ở nơi vô sự phải học tinh tấn, hành tinh tấn không giải đãi"[5].

Rõ ràng, khi một hành giả bước vào đời sống thực tập tâm linh, điều kiện cần và đủ để đi đến sự thăng chứng là

5. ĐTKVN, *KTr.AH, tập II, kinh Cù Ni sư*, VNCPHVN, 1992, tr. 279 - 287.

tinh tấn. Tinh tấn là cơ sở để thực thi đời sống giới định tuệ, được biểu hiện qua nếp sống phạm hạnh, đi đến giải thoát:

"Kính trọng không cười cợt,
Không phiếm luận, kiêu ngạo,
Giữ căn, ăn biết đủ,
Biết thời, ngồi đúng chỗ,
Thảo luận Luật, Tỳ đàm
Và tịch tịnh, giải thoát,
Lậu tận thông, cũng vậy"[6].

Chính tinh tấn giác chi được vận hành liên tục dẫn đến sự hưng khởi, sự hỷ lạc về tâm và thân. Ở đây, hành giả có sự tùy hỷ pháp khởi lên, điều đó có nghĩa hỷ giác chi đang có mặt và dẫn tâm, hướng tâm bước ra khỏi trạng thái tâm lý tham lam, sân hận, si mê. Từ đó, tâm không còn ước muốn các dục, an trú trên các pháp đã, đang hành trì. Thực tiễn cho thấy, một hành giả khi thi hành pháp thiện, công đức ở đời trước khi làm việc gì thì cũng sinh tâm hoan hỷ, trong khi làm cũng sinh tâm hoan hỷ, sau khi làm cũng sinh tâm hoan hỷ.

4. Hỷ giác chi (P. *Pīti-sambojjhanga*; H. 喜覺支):

Tu tập Hỷ giác chi là tu tập giới định tuệ, bước đầu khởi tâm hoan hỷ sau khi nghiêm trì các giới hạnh, các căn không bị nhiễm ô, dừng chỉ các vọng tưởng tức là chỉ, an trú trong định, từ đó thấy như thật các pháp nhờ trí tuệ bừng khởi. Tiến trình này được Đức Phật đúc kết trong kinh Hà Nghĩa thuộc *Trung A-hàm* như sau: "Này, A-nan,

6. ĐTKVN, *KTr.AH, tập II, Kinh Cù Ni sư*, VNCPHVN, 1992, tr. 287.

giữ giới lợi ích không hối hận, do nhân không hối hận mà được hoan duyệt, nhân hoan duyệt mà được hoan hỷ, nhân hoan hỷ mà được chỉ, nhân chỉ mà được lạc, nhân lạc mà được được định, nhân định mà thấy như thật, biết như thật mà có nhàm chán, nhân nhàm chán mà được vô dục, nhân vô dục mà được giải thoát, nhân giải thoát mà có giải thoát tri kiến, biết đúng như thật rằng "sinh đã tận, phạm hạnh đã thành, việc nên làm đã làm, không còn tái sinh nữa"[7].

5. Khinh an giác chi (P. *Pasaddhi-sambojjhanga*; H. 輕安覺支):

Khinh an giác chi là chi phần được hưng khởi khi hành giả bước ra khỏi tâm lý rối loạn bởi các vọng tưởng và hệ lụy các dục vây bủa. Rõ ràng, khi hành giả chọn lựa pháp môn tu tập không thích hợp với căn cơ và môi trường tu tập sẽ dẫn đến những dao động tâm lý, có cảm giác nặng nề trong khi hành trì pháp, học pháp. Cảm giác nhẹ nhàng thư thái, tự tại mà một hành giả đạt được là do thành tựu sự hỷ lạc. Theo *Tông Câu Xá*, khinh an là một trong các "đại thiện địa pháp", Tông Duy Thức lại xem khinh an là một trong các tâm sở thiện. Tâm sở này chỉ khởi lên trong thiền định, giúp cho sự tu tập được tiến hành liên tục. Theo *Thuyết Nhất Thiết Hữu Bộ*, khinh an có hai loại: Thân khinh an và tâm khinh an. Thân khinh an là tính kham nhẫn của tâm tương ưng với tiền ngũ thức (năm thức đầu: Nhãn, nhĩ, tỷ, thiệt, thân thức). Tâm khinh an là tính kham nhẫn của tâm tương ưng với đệ lục thức (thức thứ sáu - ý thức). Thuyết này cho rằng thân khinh an không chỉ có trong hữu

7. ĐTKVN, *KTr.AH, tập II, kinh Hà Nghĩa*, VNCPHVN, 1992, tr. 515 - 518.

lậu và tán vị, mà còn có trong cả hữu lậu và vô lậu, định vị và tán vị.

Người thực hành pháp khinh an thì thân tâm được an lạc, an trú trong một đời sống hạnh phúc. Như một người bệnh vượt qua khỏi cơn bệnh, như người trút được gánh nặng lâu ngày. Tâm lý hành giả trở nên ổn định vững chắc trong khi vượt qua mọi chướng duyên thẳng tiến đạo lộ giải thoát; tại đây, thân khẩu nghiệp an tịnh, các nghiệp đoạn tận, chánh trí hưng khởi:

"Người tâm ý an tịnh,
Lời an, nghiệp cũng an,
Chánh trí, chơn giải thoát,
Tịnh lạc là vị ấy"[8].

6. Định giác chi (P. *Samādhi-sambojjhaṅga*; H. 定覺支):

Định giác chi là chi phần hướng hành giả đi vào thế giới thiền định. Thức ăn của định là như lý tác ý mọi vọng tưởng, đoạn trừ năm triền cái (tham, sân, hôn trầm, trạo hối, nghi) và thành tựu năm thiền chi (tầm, tứ, hỷ, lạc, nhất tâm). Nguyên tắc của định là dán chặt tâm trên một đối tượng; từ đó hành giả đi vào thiền định chứng sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền. Nhờ tu tập Định giác chi mà tâm hồn luôn an định, tỉnh thức không bị chi phối bởi các phiền não vọng tưởng bên ngoài tác động vào tâm thức. Mục đích của việc tu tập Định giác chi là giúp con người quay về lại chính mình. Từ đó, hành giả có thái độ sống an trú

8. Thích Minh Châu (dịch), *kinh Pháp Cú*, Phẩm A-la-hán, Kệ 96, Nxb Tôn giáo, 2000, tr. 31.

trong định và bừng sáng trí tuệ. Do đó, Phật xác chứng việc tu tập thiền định là con đường đi vào lộ trình giải thoát:

"Người hằng tu thiền định,
Thường kiên trì tinh tấn,
Bậc trí hưởng Niết-bàn,
Được an tịnh, vô thượng"[9].

Cho nên, chư Phật ba đời luôn tán thán lợi ích thiền định và nêu rõ tầm quan trọng của thiền định trong đời sống giải thoát:

"Dẫu sống một trăm năm,
Ác giới không thiền định,
Tốt hơn sống một ngày,
Trì giới, tu thiền định"[10].

7. Xả giác chi (P. *Upekha-sambojjhanga*; H. 捨觉支):

Xả giác chi là chi phần cuối cùng trong Thất giác chi. Theo kinh A-hàm, Xả là viễn ly, đi đến từ bỏ, không còn có nhớ nghĩ pháp hư ngụy. Khi lìa bỏ niệm chấp thì có khả năng giác liễu các pháp. Ở giai đoạn này, tâm hành giả trụ trong thể tính bình đẳng, lấy hành xả làm thể, trụ trong tịch tĩnh, vắng lặng. Theo Tông Câu Xá, Xả là một trong các tâm sở cùng khởi với tất cả thiện tâm; Tông Duy Thức lại xếp Xả vào một trong các tâm sở thiện, tức chấm dứt sự nặng nề của hôn trầm và tính chất trạo cử, hoặc trạng thái

9. Thích Minh Châu (dịch), *kinh Pháp Cú*, Phẩm Không phóng dật, Kệ 23, Nxb Tôn giáo, 2000, tr. 12.

10. Thích Minh Châu (dịch), *Kinh Pháp Cú*, Phẩm Ngàn, Kệ 110, Nxb Tôn giáo, 2000, tr. 35.

không nổi, không chìm, giữ tâm bình đẳng. Khi hành giả hướng tâm thiền định, thì có kèm theo Xả thọ gọi là Xả câu với định, chỉ cho thiền định thứ tư của cõi sắc, Tứ vô sắc định và dục giới định.

Để thực thi việc hành xả thì hành giả cần phải từ bỏ sự chấp thủ, mọi ham muốn ở đời. Trong khổ đau hay hạnh phúc hành giả đều phải giữ tâm thật bình đẳng, giữ tâm như đất không phân biệt. Đức Phật từng dạy:

"Như đất, không niềm hận,
Như cột trụ kiên trì,
Như hồ không bùn nhơ,
Không luân hồi, vị ấy"[11].

Từ đó, hành giả dùng tuệ quán chiếu để đối trị tham dục, hướng tâm đến xả ly hoàn toàn. Người thực hành tâm xả không còn chấp các pháp đã tu, đã đạt được. Đúng như tinh thần *kinh Kim Cương* khuyến cáo: "Người tu tập như người đi qua sông, khi thuyền cập bến, nếu ta không từ bỏ thuyền để lên bờ thì không thể đi đến đâu và biết được việc gì"[12].

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG

Các pháp mà hành giả tu tập được gọi là Thất giác chi là các pháp được cấu trúc một lộ trình tu tập theo thứ tự, đi từ pháp này sang pháp khác, hoặc hành giả có thể tu tập độc lập từng chi phần. Khởi đầu bằng một chi phần Niệm

11. Thích Minh Châu (dịch), *kinh Pháp Cú*, Phẩm A- la- hán, Kệ 95, Nxb Tôn giáo, 2000, tr. 31.

12. Thích Chơn Thiện, *Tư tưởng kinh Kim Cương*, Nxb Tôn giáo, 1999, tr. 34.

giác chi và kết thúc là Xả giác chi cũng nói lên tinh thần tu tập mang đặc trưng nói trên. Do thân và tâm an trú trong chánh niệm tỉnh thức, viễn ly các ham muốn mà Niệm giác chi khởi lên để đi đến thành tựu. Hành giả nhờ chánh niệm như vậy với trí tuệ tự quán sát, quyết trạch thành tựu được sự quán sát ấy mà phát sinh Trạch pháp giác chi.

Trong khi tu tập pháp này, với trí tuệ quyết trạch, tư sát với pháp ấy mà Tinh tấn giác chi bắt đầu có mặt và hướng đến sự viên mãn thành tựu trọn vẹn, nhờ vậy mà Hỷ giác chi hưng khởi. Tại đây hành giả tiếp tục tu trì pháp này cho đến khi sung mãn mà Khinh an giác chi phát khởi. Sự nhẹ nhàng thư thái của thân tâm được tiếp tục duy trì và phát triển cho đến khi viên mãn thì hành giả bắt đầu có lạc, có lạc do tâm sinh, tâm trở nên định tỉnh, Định giác chi bắt đầu thành lập và an trú trong định. Hành giả khéo léo trú xả nhìn sự vật, Xả giác chi liền phát sinh. Nhờ tu tập xả, Xả giác chi đi đến viên mãn và hướng tâm đến giải thoát, không còn tái sinh đời này nữa.

Hoặc hành giả cũng tùy theo căn cơ, môi trường tu tập mà hướng tâm tu tập từng chi phần giác chi. Bản *kinh Tương Ưng V* cũng đề cập như sau "Ở đây, đối với hành giả tu tập Niệm giác chi liên hệ đến viễn ly, ly tham, đoạn diệt, hướng đến từ bỏ, quảng đại, vô lượng, không sân, khát ái được đoạn tận. Do khát ái được đoạn tận nên nghiệp được đoạn tận". Tương tự, tiến trình tu tập các giác chi còn lại cũng được vận hành như thế.

Đặc trưng thứ hai của pháp môn tu tập Thất giác chi là sự vận hành cả thân và tâm đối với nội pháp và ngoại pháp mà không rời khỏi sự tác ý viễn ly, ly tham, từ bỏ, đoạn

diệt tham ái để chứng đạt Diệt đế. Trọng tâm của vấn đề giải thoát là đoạn tận khát ái. Mỗi khi khát ái được đoạn tận thì sự chấp thủ không còn, vô minh diệt và minh khởi. Tại đây, ta có thể nói Chánh niệm là cơ sở tu tập cho các chi phần của Thất giác chi, cũng là cơ sở tu tập các pháp môn như Tứ niệm xứ, Ngũ căn, Ngũ lực, Bát Chánh đạo, bởi vì Chánh niệm dẫn đến định, là cơ sở đoạn ái, đoạn thủ. Ở đó, trí tuệ mới được vận dụng để dập tắt khát ái. Định như vậy được thành tựu là điều kiện cần và đủ để quá trình tu tập đoạn tận khổ đau. Từ đây ta có thể phát biểu việc tu tập Thất giác chi luôn liên hệ đến ly tham, từ bỏ, đoạn dục... và tu tập một chi phần giác chi cũng có thể đi đến kết qủa thấy biết như thật các pháp. Tu tập một giác chi mà thành tựu như vậy huống gì hành giả nỗ lực tu tập cả 7 chi phần giác chi.

Đặc trưng thứ ba của pháp môn tu tập Thất giác chi là sự điều tiết các chi phần trong khi tu tập. Nguyên tắc tu tập là chuyển đổi tâm lý từ tham, sân, si chuyển sang tâm lý vô tham, vô sân, vô si. Nguyên tắc này chỉ hữu hiệu khi hành giả biết vận dụng thiện xảo đúng lúc từng thời điểm đối với từng chi phần để quá trình tu tập không rơi tình trạng bị động và gián đoạn. Chẳng hạn, khi hành giả rơi vào tình trạng mệt mỏi, thụ động thì chuyển sang Hỷ giác chi, hoặc Trạch pháp giác chi, Tinh tấn giác chi cần phải được vận hành thêm cho đến sung mãn. Trong trường hợp đó, nếu hành giả tu tập Xả, Khinh an và Định giác chi thì không thích hợp. Trái lại khi hành giả dao động thì việc tu tập Xả, Khinh an, Định giác chi sẽ trở nên thù thắng; bấy giờ nếu tu tập Trạch pháp, Tinh tấn và Hỷ giác chi thì không thích hợp. Chỉ có Niệm giác chi là thích hợp. Như vậy, việc vận

dụng điều tiết một cách thiện xảo các chi phần trong khi tu tập Thất giác chi sẽ hỗ trợ tiến trình giải thoát chóng thành tựu.

Đặc trưng thứ tư của pháp môn tu tập Thất giác chi là sự kết hợp các pháp môn khác. Theo kinh Tương Ưng V, khi hành giả tu tập Thất giác chi cùng với Tứ vô lượng tâm (từ, bi, hỷ, xả). Khi tu tập mỗi giác chi liên hệ tan rã, đoạn diệt, từ bỏ, hành giả có thể trú tưởng bất tịnh hay tịnh trong tất cả các pháp, hoặc trú xả, chánh niệm tỉnh giác đối với tất cả pháp. Nếu tu tập Thất giác chi với Từ tâm thì hành giả sẽ đạt từ tâm giải thoát, trú vào tứ thiền sắc giới là cao nhất. Nếu tu tập Thất giác chi với Bi tâm thì hành giả trú vào Không vô biên xứ là cao nhất. Nếu tu tập Thất giác chi với Hỷ thì hành giả trú vào Thức vô biên xứ. Nếu tu tập Thất giác chi với Xả tâm thì hành giả trú vào Vô sở hữu xứ. Tất cả chỉ là tâm giải thoát mà hành giả đạt được. Hoặc khi hành giả tu tập Thất giác chi với Tứ vô lượng tâm sẽ chắc chắn không rơi vào Phi tưởng phi phi tưởng xứ thiên. Nếu tại các cảnh giới này, hành giả tiếp tục đoạn trừ các kiết sử, lậu hoặc thì có thể thẳng tiến Diệt thọ tưởng định và đắc quả Chánh trí giải thoát.

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN

Với tốc độ phát triển của một nền công nghệ kỹ thuật hiện đại và xu hướng toàn cầu hóa, một mặt con người hằng ngày có cơ hội tiếp xúc mọi sự thay đổi của một nền văn minh vật chất, mặt khác con người từng giờ từng phút phải đối diện nhiều thử thách, biến động của xã hội. Tâm thức con người luôn dao động với nhiều sự đam mê, ham muốn, vọng tưởng tạp niệm xuất phát từ cái nhìn đa màu, thiếu chánh kiến soi rọi, dẫn đến sự rối loạn tâm sinh lý,

không kiểm soát được các căn khi tiếp xúc các trần (sự vật hiện tượng xung quanh ta) sau cùng là phiền não bộc phát. Tại đây, tự thân không những không phát huy được sức mạnh nội tại khi xử lý các vấn đề xảy ra đối với mình mà còn gây hệ lụy khổ đau cho người khác. Việc thực hành Niệm giác chi giúp chúng ta có chánh niệm để nhìn nhận mọi vấn đề có chánh kiến, có tư duy, đúng như bản chất của sự vật, hiện tượng. Nhờ vậy tâm thức của chúng ta trở nên kiên cố, không dao động khi tiếp xúc và đối diện mọi vấn đề xảy ra, và trên hết đưa ra phương thức xử lý thích hợp, có hiệu quả, đem lại các giá trị có lợi cho mình, cho người và cho cả hai.

Phật dạy: "Con người là chủ nhân ông của nghiệp, là người thừa tự nghiệp", việc thực hành trạch pháp giác chi không những giúp chúng ta có sự chọn lựa pháp tu học phù hợp căn cơ trình độ và môi trường thực tập tâm linh mà còn định hướng chúng ta có ý thức tự chủ độc lập trong suy tư, để quyết trạch rõ đâu là pháp thiện và bất thiện để đi đến hành động cụ thể của việc làm có ích, hay một nghề nghiệp chính đáng. Kinh nghiệm thực tiễn có một sự chọn lựa, quyết định đúng đắn thì cơ hội thành công hơn nữa, phần còn lại là sự nỗ lực kiên định, sự kết hợp duy trì sức sáng tạo của tự thân và các yếu tố khách quan hỗ trợ.

Con đường đi đến sự thăng tiến của mọi người trên mọi lĩnh vực bao giờ cũng phụ thuộc vào yếu tố nhiệt tâm tinh cần không biết mệt mỏi của chính mình. Chính vì lẽ đó, sự thực hành tinh tấn giác chi có ý nghĩa vô cùng trong việc tu học và trong việc ứng dụng vào đời sống sinh hoạt thực tiễn. Thế nên, tinh tấn được đề cập trong nhiều giáo lý nhà Phật, mục đích là hướng con người có niềm tin kiên cố và duy trì tính kiên định, tính ổn cố của tâm thức trong lúc

thực thi pháp gì, hay việc làm gì, ngõ hầu đem lại sự thành tựu lớn, kết quả lớn, có giá trị lợi ích cho chính mình và cho mọi người. Nói cách khác, sự thực hành tinh tấn giác chi là điều kiện tiên quyết để thành tựu trong tu học, trong khi hành đạo, hay trong sự lập nghiệp của mỗi người.

Con người luôn phải đối diện nhiều khổ đau, phiền não từ trong hiện thực cuộc sống đầy phức tạp. Việc tu tập hỷ giác chi sẽ giúp hành giả đối trị những tâm lý lo âu, sầu muộn thường xuyên vây hãm tâm thức con người. Với tâm an lạc, tùy hỷ với chính mình và đối với người khác sẽ khiến nội tâm của chúng ta bình an, an trú trong giới pháp, bước đầu đi vào lộ trình định và tuệ. Trong đời sống thực tiễn, việc duy trì tâm hỷ sẽ khiến cho chúng ta thân thiện, sẻ chia, thương yêu nhau nhiều hơn. Trên hết là mọi người kết nối với nhau, cùng nhau hướng tâm tu học, làm việc và chung sống trong một môi trường an vui và làm việc với không khí thanh bình.

Đạt được sự khinh an nhẹ nhàng về thân và tâm trong khi tu tập là quá trình đi vào quá trình "thân hành thanh tịnh, khẩu hành thanh tịnh, ý hành thanh tịnh" như Phật thường dạy cho các Tỷ-kheo trong khi thực hành giới, thực hành định, thực hành tuệ. Với một thân nhẹ nhàng, một tâm lý ổn định, chúng ta sẽ được an lạc trong khi tu học. Trong đời sống thực tiễn, một người thực hành hỷ giác chi thì sẽ có một trạng thái an nhiên, thoải mái, trên hết là an nhiên tự tại, không lo âu, sợ hãi khi đối diện các vấn đề phức tạp, nan giải. Phải chăng đây là trạng thái của một người thực tập hạnh hỷ giác chi, như cách diễn đạt của thiền sư Nhất Hạnh: "Thở vào tâm tĩnh lặng, thở ra miệng mỉm cười, an trú trong hiện tại, giây phút thật tuyệt vời"..

Bước đầu việc thực tập định giác chi là giữ cho tâm định, không để tâm rong ruỗi theo các trần, cột tâm vào một đối tượng, không cho tâm bị chi phối bởi các vọng niệm nhiễm ô có điều kiện xâm nhập tâm thức. Từ đó, người học đạo nhiệt tâm tinh cần đi sâu vào định cho đến khi nào bừng khởi trí tuệ. Thực tế, con người luôn bị chi phối, bị dao động khi các giác quan tiếp xúc với thế giới bên ngoài, dẫn đến sự rối loạn tâm, không làm chủ tâm thức. Hệ quả, chúng ta thấy có sự mâu thuẫn nội tại ngay trong bản thân của chính mình cũng như giữa cá nhân với mọi người xung quanh, giữa gia đình và xã hội. Thực hành pháp hỷ giác chi, mỗi người sẽ tự làm chủ tâm, có sự quân bình thân tâm, giảm stress, không còn bị rối loạn tâm thức thay vào đó là một tâm an định, nhu nhuyến dễ dàng đưa ra những phương thức giải quyết thích hợp và hiệu năng trong đời sống sinh hoạt của mình.

Có thể nói mọi khổ đau của con người suy cho cùng là do khát ái và chấp thủ. Việc tu tập hạnh Xả giác chi là bước chân đầu tiên từ bỏ mọi ham muốn dục vọng ở đời. Phật dạy "Chánh pháp còn bỏ đi, huống là phi pháp", do vậy việc hành trì chi phần này góp phần giúp chúng ta thực thi buông xả mọi điều, mọi vấn đề khi chúng ta đối diện. Thay vì với tâm lý chấp "cái này là của ta, là ta, là tự ngã của ta" trong khi hành xử thì phải được chuyển hóa bằng tâm lý buông xả, nhờ đó tâm từ được mở rộng, kết nối yêu thương đến với mọi người. Thực tế, một người thường xuyên thực tập hạnh giác chi thì luôn hoan hỷ, không tranh chấp chuyện hơn thua, đố kỵ, tâm thức luôn an định, hoan hỷ trong khi hành xử.

Con đường tu tập Thất giác chi là con đường đi đến hạnh phúc an lạc, bỏ lại sau lưng những khổ đau, chướng ngại. Đi từ sự chánh niệm tỉnh giác và kết thúc là sự xả ly.

Tại đây, tất cả những ham muốn, vọng tưởng, chướng ngại, sự chấp thủ, ái luyến được thay thế bằng sự an định, hỷ lạc, vô tham, vô sân, vô si, không đắm trước hệ luỵ bất cứ điều gì. Sự thành tựu giới học, an định trong thiền định, sự bừng sáng của trí tuệ sẽ là hiện thực hóa cảnh giới Phật ngay giữa cõi đời. Tất cả tùy thuộc vào sự giác tỉnh và nhiệt tâm hành trì pháp môn Thất giác chi của mỗi hành giả.

***

Câu hỏi hướng dẫn ôn tập:

1. Thế nào là Thất giác chi?
2. Trình bày nội dung từng chi phần giác chi?
3. Phương thức tu tập Thất giác chi là như thế nào?
4. Giá trị lợi ích việc tu tập Thất giác chi là gì?

Bài đọc thêm:

Thích Thiện Bảo, "Bảy phương pháp đưa đến giác ngộ", *Phật học cơ bản tập 2*, Nxb Tôn giáo 2003, tr. 81- 91.

Tài liệu tham khảo:

1. Đại tạng Kinh Việt Nam, *kinh Tương ưng, tập V*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1993.

2. Đại tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trung A-hàm, tập II*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1992.

3. Thích Minh Châu (dịch), *kinh Pháp Cú*; Phẩm A- la-hán, Kệ 95, Nxb Tôn giáo, 2000.

4. Thích Thiện Siêu, *Đại cương về Luận Câu xá*, Học viện Phật giáo VN tại Huế, 1999.

5. Thích Chơn Thiện, *Tư tưởng kinh Kim Cương*, Nxb Tôn giáo, 1999.

6. Thích Chơn Thiện, *Phật học khái luận*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1997.

TAM VÔ LẬU HỌC

Vào thời Đức Phật, xã hội Ấn Độ đã có rất nhiều tôn giáo với những luận sư, đạo sư cùng những luận điểm riêng xung quanh giải quyết vấn đề thế giới và con người. Những vị nầy nói về nguyên nhân tại sao chúng sanh có mặt ở cuộc đời nầy? Tại sao đời sống họ phải chịu nhiều đau khổ, không được an vui? v.v... Họ nêu ra những phương pháp, cách giải quyết cùng sự thực hành giúp cho chúng sanh đó vượt thoát khỏi những phiền não của kiếp sống hiện tại để có được một đời sống khác đầy an vui, hạnh phúc trong mai sau.

Tuy có nhiều tôn giáo với những thuyết khác nhau như vậy[1], nhưng chưa có một tôn giáo nào hay một luận sư, đạo sư nổi tiếng nào đương thời vạch ra đường lối rốt ráo để chúng sanh nương theo đó mà hành trì để tự mình cởi trói khỏi những ràng buộc khổ đau trong kiếp sống hiện tại và đưa đến một đời sống thật sự an vui trong tương lai. Chính vì lý do này mà Đức Phật xuất hiện ở đời.

---

1. Theo Kinh Phạm Võng (*KTr.B*, Kinh số 01) đề cập 62 quan điểm và theo kinh điển của Kỳ Na giáo có hơn 90 luận thuyết.

Ngài chỉ ra con đường duy nhất và rốt ráo mà Ngài gọi là ba Tối Thượng Pháp[2], vì không còn pháp nào cao thượng hơn, thù thắng hơn giáo pháp này. Con đường này có khả năng giúp đời sống chúng sanh hiện tại không còn bị ràng buộc bởi các pháp thế gian, khiến tâm lìa khỏi mọi phiền não dính mắc, sống tự tại an vui và đoạn trừ hoàn toàn các lậu hoặc là những phiền não trói buộc, sai sử khiến chúng sanh ấy phải chịu luân hồi sanh tử triền miên trong ba cõi Dục giới, Sắc giới và Vô sắc giới.

Con đường nầy nếu nói rộng ra là Bát Thánh Đạo hay Thánh Đạo Tám Ngành vì nếu thực hành xuyên suốt sẽ thành tựu các Thánh quả giải thoát[3]. Nếu gom nhỏ lại thì thành Tam Vô Lậu Học do không còn bị rơi rớt trong Tam giới mà tiến thẳng đến Đạo - Quả Vô Thượng Bồ-đề, đó chính là con đường của Giới học - Định học và Huệ học.

I. GIỚI

1. Định nghĩa:

Giới tiếng Phạn (Pāli và Sanskrit) là Sīla (H. 戒); Trung Hoa dịch là Ba-la-đề-mộc-xoa.

a. Theo *kinh Trường Bộ*, giới là những điều không nên làm, là sự giữ gìn của mỗi người khi căn tiếp xúc với trần mà Đức Phật đã chế định cho đệ tử Phật (không phạm vào) để ngăn ngừa tội lỗi của ba nghiệp về thân (hành động) - về

2. Kinh Subha, kinh số 10, *KTr.B* quyển 01.

3. *Kinh Đại Niết-bàn*, kinh số 16, *KTr.B*, Nxb Tôn Giáo, 2005, tr. 659-60. (Thánh quả gồm 4 quả Thanh văn là Dự lưu, Nhất lai, Bất lai và A-la-hán quả)

khẩu (lời nói) - về ý (trong sùy nghĩ)[4].

b. Theo *Thanh Tịnh Đạo Luận*, giới có bốn nghĩa:

- Giới nghĩa là nền tảng của tất cả thiện pháp[5] và thiện pháp đây chỉ cho các quả vị tu chứng thuộc về giải thoát. Không có giới sẽ không có định, không có định sẽ không có tuệ, và như vậy sẽ không có đạo quả giải thoát.

- Giới nghĩa là Thanh lương: Thanh lương có nghĩa là làm cho tâm thanh tịnh, trong sạch; nhờ giới ngăn chặn tội lỗi, không làm điều ác mà tâm ta được thanh tịnh khỏi tham, khỏi sân và khỏi si mê.

- Giới nghĩa là kết hợp; kết hợp thân, lời nói và tâm ý cùng chung một hướng, đó là hướng thiện lành, không phạm vào ác.

- Giới có nghĩa là chế ngự khỏi các việc ác theo 5 cách:

- Nhờ nhớ đến giới bổn đã thọ mà không phạm vào tội lỗi.

- Nhờ hộ trì các căn.

- Nhờ tinh tấn, chế ngự được những bất thiện pháp.

- Nhờ kham nhẫn, nhận chịu để giới được giữ trong sạch.

---

4. *KTr.B, tập I*, Kinh số 02 - Kinh Sa Môn Quả và kinh số 10 - Kinh Subha.

5. Thiện pháp là những việc lành, những việc thiện.có người không giữ giới nhưng có thể làm được những thiện pháp và như vậy có giải thoát (vãng sanh) không? Thí dụ như làm nghề giết mổ heo, bò, tuy không giữ giới nhưng đồng tiền làm ra đem đi bố thí cúng dường, đó có phải là thiện pháp, thiện lành? Thiện pháp chỉ cho những quả vị giải thoát. Muốn chứng đắc quả sơ thiền, đầu tiên phải giữ giới, tức phải ly dục và ly các pháp bất thiện.nếu phạm giới sát sanh hoặc trộm cắp...thì tâm không an, tâm không an làm sao có định, không có định làm sao trí tuệ phát sanh để chứng đắc các quả vị được?

- Nhờ trí tuệ chế ngự được tất cả bất thiện pháp, khiến không gây oan trái, oán thù, không dính tội lỗi[6].

c. Theo Giới Bổn Ba-la-đề-mộc-xoa, giới có ba nghĩa:

- Biệt giải thoát, có nghĩa là giữ được giới nào, giải thoát được việc đó.

- Tùy thuận giải thoát, nghĩa là tùy thuận vào sự hành trì giới mà hiệu quả theo đó được thành tựu thuộc về hữu vi hay vô vi.

- Xứ xứ giải thoát là nơi nào giới được tuân thủ, nơi đó cuộc sống được thanh thoát, nhẹ nhàng, an vui.

2. Nguyên nhân và Mục đích Phật chế giới:

Giới là một trong ba yếu tố căn bản không thể thiếu trong tiến trình tu tập để thành tựu đạo quả giải thoát Niết-bàn. Vì vậy, giới luật đã được Đức Phật thuyết giảng ngay trong bài Pháp đầu tiên khi Ngài hóa độ cho năm anh em Tôn giả Kiều Trần Như tại vườn Lộc Uyển (P. *Sarnath*; H. 鹿苑) qua 3 chi phần của Bát Chánh Đạo đưa đến thành tựu Thánh quả giải thoát là Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp và Chánh Mạng. Dần dần trong quá trình thu nhận Tăng chúng, bên cạnh các Thánh Tăng, phàm tăng cũng gia nhập và những pháp hữu lậu xuất hiện làm chướng ngại cho đời sống thanh tịnh và sự tu tập thành đạt mục đích cứu cánh phạm hạnh, nên Đức Phật bắt đầu chế giới mỗi khi có trường hợp vi phạm. Theo *Căn Bản Thuyết Nhất Thiết Hữu Bộ Tỳ-nại-da*, Giới được Đức Phật chế không ngoài những mục đích như sau:

---

6. Hòa Thượng Thích Phước Sơn, *Thanh Tịnh Đạo Luận Toàn Yếu*, Nxb Phương Đông, 2010, Chương I - Giảng Nghĩa về Giới, tr.23.

- Để thu nhiếp chúng Tăng;
- Để Tăng đoàn được ổn thuận;
- Để kiềm chế các Tỷ-kheo khó kiềm chế;
- Để thiện Tỷ-kheo được an ổn;
- Để chế ngự các lậu hoặc trong hiện tại;
- Để ngăn ngừa lậu hoặc đời sau;
- Để tạo tin tưởng cho những người ít tin tưởng;
- Để xác tín cho những người có lòng tin;
- Để chánh pháp được bền vững;
- Để phù trợ cho Luật[7].

Luật gồm các pháp Yết Ma xử phạt khi vị Tỷ-kheo phạm vào giới cấm dù đã được khuyên bảo nhiều lần nhưng không thành tâm sửa đổi. Giới luật Phật giáo mang tính linh động trong việc phán xét từng loại tội tùy theo khinh, trọng, tánh, tướng và trong mỗi trường hợp phạm tội sẽ có cách ứng xử phù hợp như khai, giá, trì, phạm dựa trên tinh thần dân chủ tuyệt đối và bình đẳng tuyệt đối trong Đạo Phật.

Người thành tựu được giới đức, sẽ hưởng được năm sự lợi ích, đó là:

a. Được hưởng gia tài pháp bảo nhờ tinh tấn;

b. Tiếng lành đồn xa;

c. Không sợ hãi, rụt rè khi đứng trước đám đông;

d. Lúc lâm chung tâm không bị hôn mê, rối loạn;

e. Sau khi thân hoại mạng chung, được sanh vào Thiện

7. Như trên, tr.25.

thú, Thiên giới[8].

Vì công đức của sự giữ giới vô cùng to lớn như vậy, nên trước khi nhập Niết-bàn, Đức Phật dạy: "Này Ānanda, Pháp và Luật Ta đã giảng dạy và trình bày, sau khi Ta diệt độ, chính Pháp và Luật ấy sẽ là bậc Đạo sư của các Ngươi"[9].

3. Phân loại Giới:

a. Giới tự nhiên: Trong tự nhiên cũng có những quy luật riêng của nó. Bản chất những quy luật tự nhiên này không mang tính chất đạo đức, vô thưởng, vô phạt, nhưng nếu muốn sống hạnh phúc thì phải tuân thủ, chấp hành theo. Thí dụ như phá núi, đốn cây rừng hay phá hoại môi trường sống chung quanh v.v... chắc chắn sẽ tạo lũ lụt, hạn hán và nhiều thiên tai khác.

b. Giới xã hội: Đó là sự tuân thủ, chấp hành theo những quy luật, luật định của pháp luật. Muốn cá nhân và gia đình sống hạnh phúc, xa cho đến xã hội và quốc gia, cần tuân thủ những quy luật do xã hội, nhà nước quy định.

c. Tính thiết thực của giới: Giới trong đạo Phật mang tính nhân bản và đạo đức vì giúp con người sống đời sống an vui, giảm thiểu tối đa mọi nhân tố đưa đến bất hạnh, khổ đau, cuối cùng đạt được an lạc, giải thoát trong đời sống hiện tại cũng như tương lai. Giới luật đạo Phật đặt trên nền tảng trí tuệ, tự do tư tưởng và luật nhân quả, bao gồm:

- Giới tại gia gồm 5 giới, 8 giới và 10 giới.

- Giới Bồ tát là 58 giới, gồm 10 giới trọng và 48 giới khinh.

---

8. Kinh Đại Niết-bàn, Kinh số, *KTr.B, tập I*, Nxb Tôn Giáo, 2005, tr.562-3.
9. Như trên, tr. 662-3.

- Giới xuất gia: Theo truyền thống Nam tông, Tỷ-kheo gồm 227 giới và Tỷ-kheo Ni 311 giới; trong khi đó, theo truyền thống Bắc tông, Tỷ-kheo gồm 250 giới và Tỷ-kheo Ni 348 giới.

4. Làm sao được thanh tịnh nhờ giới?

a. Theo kinh Thanh Tịnh[10], hành giả đạt được sự thanh tịnh do giữ giới nhờ 2 yếu tố:

- Thành tựu học giới nhờ không phạm 9 lỗi lầm: Không cố ý tước đoạt mạng sống loài hữu tình; không trộm cắp; không dâm dục; không nói láo; không tích lũy tiền để hưởng thụ; không tham lam; không sân hận; không tà kiến; không sợ hãi.

- Hộ trì các căn, chế ngự tâm không cho vẩn đục, tức không cho các bất thiện pháp thâm nhập tâm khi tiếp xúc các pháp trần.

b. Theo kinh Sa Môn Quả[11], sự thanh tịnh đạt được nhờ bảy pháp, chia thành bốn nhóm:

- Sống có chánh niệm, tránh bốn pháp;

- Sống hộ trì các căn, không buông lung phóng dật;

- Sống có trí tuệ;

- Sống có tình thương đối với tha nhân.

c. Theo *Thắng Pháp Tập Yếu Luận*[12], giới thanh tịnh

10. Diii, sutta 29 - *Kinh Thanh Tịnh.*

11. Di, sutta 02 - *Kinh Sa Môn Quả.*

12. Hòa thượng Thích Minh Châu, *Thắng Pháp tập Yếu Luận*, chương IX, mục 03, p.113.

nhờ thành tựu bốn pháp thanh tịnh:

- Giới bổn thanh tịnh;

- Căn thanh tịnh;

- Mạng thanh tịnh, nghĩa là tránh xa năm cách nuôi mạng không thanh tịnh.

+ Giả dạng khổ hạnh khiến người tin.

+ Dùng lời ngọt ngào dụ dỗ.

+ Làm điều gì đó cho người để đạt điệu mình muốn từ người.

+ Tỏ dấu hiệu kỳ lạ như tu chứng, bí ẩn khiến cho người khiếp oai, tin theo và cúng dường.

+ Bỏ nhỏ bắt lớn.

- Tư cụ y chỉ giới thanh tịnh, tức chánh niệm khi thọ dụng 4 món cúng dường ăn, mặc, ở, bệnh. Đối với 4 vật dụng, quên tư duy quán sát thì vị nầy ăn như thiếu nợ, người ăn trộm (giới đức không có mà thọ nợ của đàn na), người chủ (xứng đáng nhận cúng dường).

d. Theo Giáo lý Phật giáo Phát triển, giới nằm trong 3 nhóm chính hay còn gọi Tam Tụ Tịnh Giới:

- Nhiếp Luật Nghi Giới[13].
- Nhiếp Thiện Pháp Giới[14].
- Nhiêu ích hữu tình giới[15].

---

13. Gìn giữ tất cả luật nghi không cho phạm, bao gồm tất cả loại giới tại gia và xuất gia.

14. Lấy sự thực hành tất cả điều thiện làm giới.

15. Lấy việc hóa độ tất cả chúng sanh làm giới "phụng sự chúng sanh là

Ngoài ra còn có:

- Định Cộng Giới: Do tu tập thiền định mà thân tâm thanh tịnh nên giới được đầy đủ (cụ túc) nghĩa là giới, định tương đương nên gọi Định cộng giới.

- Đạo Cộng Giới: Là sự giải thoát khỏi mọi trói buộc thân - khẩu - ý nghiệp nhờ nơi trí tuệ, lấy trí tuệ làm giới. Do tu tập vô lậu nghiệp mà được Vô Lậu Trí; ở đây giới tương đương với tuệ nên gọi Đạo cộng giới.

Người có Tam Tụ Tịnh Giới đồng nghĩa thể hiện trọn vẹn giáo lý của Đức Phật, đó là:

"Chư ác mạc tác,
Chúng thiện phụng hành
Tự tịnh kỳ ý
Thị Chư Phật giáo".

Giới là nấc thang đầu tiên của giàu sang, hạnh phúc và thành công. Trên lộ trình giải thoát, giới chính là nền tảng cho thiền định và trí tuệ phát sanh: "Giới hạnh được trí tuệ làm cho trong sạch. Chỗ nào có trí tuệ, chỗ ấy có giới hạnh. Người có giới hạnh, nhất định có trí tuệ; người có trí tuệ, nhất định có giới hạnh. Giới hạnh và trí tuệ được xem là tối thắng trên đời, cũng như lấy bàn tay nầy rửa bàn tay kia, lấy bàn chân nầy rửa bàn chân kia"[16].

---

cúng dường Chư Phật".

16. ĐTKVN, *KTr.B, tập 1*, Kinh Sonadanda, Kinh số 04, .

Câu hỏi thảo luận:

1. Vì sao ngày xưa ít giới mà nhiều vị chứng đắc A-la-hán, trong khi ngày nay nhiều giới mà ít vị chứng đắc?

2. Tại sao Tỷ-kheo cần được phòng hộ bởi giới bổn Pātimokkha?

3. Tại sao Tỷ-kheo phải hộ trì các căn?

II. ĐỊNH

1. Định Nghĩa:

Định, hay nói đầy đủ là thiền định, gồm thiền Chỉ và Thiền Quán. Định là thuật ngữ Hán Việt được phiên âm từ Bắc Phạn (*Sanskrit*) là dhyana hay Nam Phạn (*Pāli*) jhana. Dhyana có gốc từ động từ dhya và jhana có gốc từ động từ jhe. Jhe hay dhya có bốn nghĩa:

- Tĩnh lự: Tĩnh có nghĩa là yên lặng; lự có nghĩa là suy tư;

- Đốt cháy: Thiêu hủy các ác bất thiện pháp, cụ thể là năm triền cái và mười kiết sử;

- Tư duy trí: Tư duy quán sát đối tượng, lìa bỏ hay xả ly tất cả tâm niệm ác (năm triền cái), thành tựu các thiện pháp, tức các chi phần của thiền (năm thiền chi) đưa đến trí tuệ.

- Công đức tòng lâm, tức định, là cái nhân làm phát sinh công đức, thần thông, trí tuệ và bốn vô lượng tâm.

Trong *kinh Bồ Đề Vương Tử*[17], Đức Phật gọi năm triền cái là những chướng ngại của thiền, là những phiền não, ngăn che làm uế nhiễm tâm, làm yếu trí tuệ và như vậy không thể đưa đến đắc đạo quả giải thoát được. Năm chướng ngại của thiền là:

- Dục tham: Năm căn thích năm trần xinh đẹp; Phật ví như chậu nước pha phẩm mầu.

- Hận sân: Tâm hận thù, oán ghét muốn giết hay hãm hại, làm đau khổ người khác; Phật ví như nồi nước đang sôi sùng sục.

- Hôn trầm thụy miên: Trạng thái tâm mơ hồ, buồn ngủ, rã rượi; Phật ví như chậu nước đóng rong rêu trên mặt.

---

17. Mi, sutta 85 – *Bodhirājakumārasuttam*.

- Trạo hối: Do dự, phóng tâm, như chậu nước sóng sánh trong gió.

- Hoài nghi: Nghi ngờ về Phật, Pháp, Tăng về nghiệp và quả của nghiệp.

2. Thực Hành:

a. Chọn đề mục hành thiền: Muốn đoạn trừ phiền não, hành giả phải phát triển định; muốn có định, phải chọn một trong số bốn mươi đề mục của thiền để tâm tập trung, qua đó hành giả đủ năng lực mạnh để đối trị chúng. Bốn mươi đề mục của thiền phân chia thành hai nhóm: Nhóm đưa đến Thiền Chỉ (P. *Samatha Bhavana*; H. 禪止) và nhóm đưa đến Thiền Quán (P. *Vipassana Bhavana*; H. 禪觀). Thiền Chỉ đạt định lực (thiền định) và Thiền Quán đạt trí Tuệ.

b. Vai trò quan trọng của định trong Chỉ và Quán: Dù vị này chọn đề mục là thiền Chỉ hay thiền Quán, thì trong lúc tâm tập trung quán sát đối tượng, định tâm sẽ đốt cháy, diệt trừ năm chướng ngại của thiền bằng sự làm lớn mạnh năm chi phần của thiền (năm thiền chi), gồm: tầm đối trị hôn trầm thùy miên (buồn ngủ và rã rượi); tứ đối trị hoài nghi; hỷ đối trị sân; lạc đối trị trạo hối (nếu hỷ là tâm sở đến trước để báo hiệu có lạc, thì lạc là kết quả của hỷ - cả thân và tâm); và nhất tâm sẽ đối trị được dục tham. Nhất tâm là tâm chuyên nhất, an trụ vào một điểm.

c. Cách nhận diện thiền chỉ và thiền Quán:

c.1. Thiền Chỉ (P. *Samatha Bhavana*; H. 禪止): Do căn ngữ 'sam' có nghĩa là ru ngủ, làm dịu bớt; hàm xúc trạng thái làm "yên tĩnh" hay "vắng lặng". Nhờ sự liên tục an trú tâm trên một đề mục (trú tâm nhất xứ), không để tâm đi lang thang, phân tán nên đạt được sự vắng lặng. Chỉ nghĩa là dừng lại, dừng mọi tán loạn, vọng niệm, chấm dứt không

còn đuổi bắt đối tượng nào đó. Vị này chỉ chuyên tâm, trú tâm trên một đề mục, một đối tượng duy nhất khiến năm triền cái, tức những yếu tố làm ngăn che, chướng ngại, không cho tâm được định.

+ Sau đây là ba mươi đề mục thiền chỉ đưa đến định lực, gồm:

+ Hai sáu đề mục thuộc Định Sắc Giới

+ Mười đề mục quán tử thi;

+ Mười đề mục quán Kathina;

+ Bốn vô lượng tâm;

+ Một niệm thân (quán 32 thể trược trên thân);

+ Một niệm hơi thở.

Do chú tâm quán sát một trong ba mươi đối tượng nầy sẽ chứng đạt đến bốn tầng thiền (tứ thiền), gồm Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền.

+ Bốn đề mục của Định Vô Sắc Giới. Nếu tiếp tục định tâm trên đối tượng, vị nầy sẽ chứng bốn Không: Không Vô Biên Xứ; Thức Vô Biên Xứ; Vô Sở Hữu Xứ; Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ.

+ Giới hạn của Thiền Chỉ là nhận biết sự vật trên hiện tượng nhưng không có quán chiếu, hay nói khác đi, là nhận diện sự vật dựa trên ý niệm về bản chất vật đó chứ không chia chẻ sự vật để quán chiếu, nên quả của thiền chỉ là chỉ đưa hành giả đến khinh an, thư thái nơi thân và tâm, cuối cùng chứng đắc bốn tầng thiền. Cho dù có đạt đến tột đỉnh của thiền (Phi Tưởng Phi Phi Tưởng), hay nói khác là đạt đến tầng cao siêu vắng lặng cùng tột đi chăng nữa, hành

giả ở cấp độ này vẫn chưa thể phát huy trọn vẹn ánh sáng trí tuệ, để đánh tan ái dục và vô minh đang còn ngủ ngầm trong luồng nghiệp thức.

c.2. Thiền quán (P. *Vipassanā Bhavana*; H. 禪觀): Vipassana Bhavana được dịch là "minh sát", "trực giác", "quán chiếu nội tâm" hay "bản lai diện mục". Theo từ nguyên, vi có nghĩa là rõ ràng; passana là sự thấy. Vipassana là sự thấy biết các pháp một cách rõ ràng qua hướng tâm đến quán chiếu sự vật, hiện tượng dựa trên bản chất thật của chúng, từ đó thấy thật tánh thật tướng của đối tượng là vô thường, khổ. Hành giả nhờ buông bỏ, không vướng mắc sự vật, tiến đến đoạn trừ ngã ái. Khi các lậu hoặc, kiết sử được đoạn trừ hoàn toàn bằng chánh trí, vị nầy chứng đắc Tam Minh, đạt giải thoát và giải thoát tri kiến, cuối cùng chứng A-la-hán, chấm dứt luân hồi sanh tử.

Mười đề mục của thiền quán đưa đến trí tuệ gồm:

- Quán bốn đại trên Thân (Đất - Nước - Gió - Lửa), tức thân quán niệm xứ.

- Quán bất tịnh thức ăn, hay tưởng vật thực là không sạch.

- Tám đề tài nghĩ nhớ (niệm): Niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng, niệm thí, niệm giới, niệm thiện, niệm tịch tĩnh Niết-bàn, niệm về sự chết.

Đức Phật tuyên bố không thể thiếu định mà có thể chứng đắc giải thoát, giác ngộ được. Dù tu theo thiền chỉ hay thiền quán (do chọn đề mục là chỉ hoặc quán) hành giả đều vẫn trải qua ba kinh nghiệm hay ba trạng thái tâm định.

1. Sát na định: Tức định từ tâm thiện phát sinh.

2. Cận định: Chuyển từ thiền chi này sang thiền chi khác gọi là cận định.

3. Nhập định: Đang ở yên trong cảnh giới thiền, gọi là nhập định.

Câu hỏi thảo luận:

1. Phân tích sự tương quan giữa năm triền cái và năm thiền chi.

2. Ở giai đoạn nào của định, 5 chi phần của thiền sẽ đốt cháy năm triền cái?

III. TUỆ

1. Định nghĩa:

Bắc Phạn (Sanskrit) gọi là Prajna; Nam Phạn (Pāli) gọi là Panna; Trung Hoa dịch âm là Bát-nhã (H. 慧). Theo Bát Thánh Đạo, tuệ chỉ cho chánh kiến và chánh tư duy. Hành giả nào thực hành Bát Thánh Đạo thì không lâu sẽ chứng đắc quả A-la-hán, tức có khả năng đạt được mười pháp vô học, đó là:

- Tám pháp vô học Bát Thánh Đạo;
- Một chánh trí;
- Một chánh giải thoát.

Chánh kiến là cái thấy chơn chánh, chánh tư duy là suy tư chơn chánh; tuệ phát sanh do có chánh kiến và chánh tư duy. Để thành tựu tuệ, hành giả sẽ trải qua năm giai đoạn thanh tịnh bao gồm mười tầng tuệ.

1a. Giai đoạn thấy thanh tịnh "Kiến thanh tịnh": Nhờ quan sát liên tục trên đề mục mình đã chọn, vị này có sự phân biệt được trong cái gọi là con người, chúng sanh, chỉ là sự tập hợp của năm uẩn, gồm sắc uẩn (thân) và danh (tâm) - cái nào gọi là sắc (thân), cái nào gọi là danh (tâm) và biết tại sao chúng thuộc nhóm sắc, tại sao thuộc nhóm danh nên đạt được tuệ đầu tiên gọi là Tuệ phân biệt danh sắc.

1b. Giai đoạn chấm dứt sự nghi ngờ "Đoạn nghi thanh tịnh": Trên nền tảng kiến thanh tịnh, vị này tiếp tục quán sát đề mục và hiểu được năm nguyên nhân có sắc pháp (thân) và danh pháp (tâm). Đó là vô minh, ái dục, thủ, nghiệp, và đoàn thực, tức là thức ăn nuôi dưỡng sắc thân; trong đó vô minh, ái, thủ, nghiệp là nhân và thức ăn là duyên. Đây có

thể gọi là tiến trình nhân duyên quả với nhân quá khứ là vô minh, nghiệp; nhân hiện tại là ái, thủ; duyên là thức ăn và quả là sự hiện hữu.

Đây là năm nguyên nhân tạo nên sự hiện hữu của một chúng sanh, chứ không hề có đấng tạo hóa nào tạo ra con người, cũng không do tự nhiên sanh hay vô nhân sanh. Nhờ như thật thấy như vậy, vị này vượt thoát nghi ngờ về quá khứ, hiện tại và vị lai, chứng đắc tuệ thứ hai, gọi là tuệ phân tích nhân quả.

1c. Giai đoạn "Đạo phi đạo tri kiến thanh tịnh": Giai đoạn nầy bao gồm hai loại tuệ; đó là tư duy trí và sanh diệt trí (giai đoạn đầu).

Trong quá trình chú tâm tu tập, vị này đạt được sự thanh tịnh bằng sự suy tư các uẩn do nhiều phần tử hợp thành, và thấy rõ, biết rõ sự diệt của danh (tâm) và sắc (thân) là do nhân duyên diệt, vị này chứng đắc tuệ thứ ba gọi là tuệ thấu đạt, cũng gọi thẩm sát tuệ hay tư duy trí. Trong lúc chuyên tâm, chú tâm quán sát đối tượng như vậy, có một số hiện tượng phát sanh, trên thân và tâm, vị này cảm giác rất an lạc, nhẹ nhàng, khiến lầm tưởng mình đã chứng đắc như vị ấy có thể thấy tự thân có ánh sáng, tâm cảm thấy vô cùng hoan hỉ, lạc, khinh an, vị nầy trở nên càng tinh tấn và hỷ xả, nhờ vậy lòng tin tưởng tôn giáo càng mãnh liệt hơn thắng giải, niệm vững mạnh hơn và trí nhớ được đời sống quá khứ trở nên thuần thục hơn. Do những hiện tượng xảy ra cho chính vị ấy như vậy, nên lầm tưởng rằng mình đã chứng Thánh quả giải thoát. Khi chúng không còn, vị này mong cầu vọng muốn có lại kinh nghiệm nầy.

Đây là giai đoạn tâm cố gắng phân biệt và hiểu những hiện tượng phát sinh là kết quả của định tâm cao, chứ chưa chứng, chưa đắc gì cả. Chúng là tùy phiền não, không thật,

nếu nắm giữ, sẽ ngăn cản bước tiến tu. Vì vậy, vị ấy tự thoát ra, không dừng lại mà tiếp tục hành trì. Nhờ trí suy tư chơn chánh như vậy, vị này chứng đạt được tầng tuệ thứ ba, gọi là tư duy trí, nghĩa là thấy biết thanh tịnh đâu là chánh đạo, đâu là tà đạo, nên giai đoạn nầy gọi là Đạo phi đạo tri kiến thanh tịnh.

Trong quá trình suy tư các hiện tượng phát sanh, vị này thấy chúng sanh lên rồi mất đi, nên chứng luôn tầng tuệ thứ tư là sanh diệt trí, nhưng trí sanh diệt ở giai đoạn này còn yếu ớt, chỉ làm duyên cho giai đoạn kế tiếp tiếp nối.

1d. Giai đoạn 'Hành đạo tri kiến thanh tịnh' là tên gọi chung của chín loại tuệ, tức trạng thái tâm trong sạch của sự hiểu biết, khi vị này hướng tâm đến quán ba pháp ấn (Vô thường - khổ - vô ngã) và sự trông thấy có liên quan đến con đường hay pháp hành. Ở giai đoạn này, vị ấy chứng đắc chín tầng tuệ tiếp theo, từ tuệ thứ tư đến tuệ thứ mười hai:

- Tầng tuệ thứ tư, là Tuệ Quán Chiếu Sanh Diệt hay còn gọi là Sanh Diệt Trí. Tức tuệ thấy từng cái một khởi sanh chứ không có hai cái khởi trong cùng một lúc.

- Tầng tuệ thứ năm, là Hoại Tán Tuệ hay Hoại Trí. Quán chiếu thấy mọi vật đều hướng đến băng hoại.

- Tầng tuệ thứ sáu, là Bố úy trí, thế giới như đáng sợ hãi.

- Tầng tuệ thứ bảy, là Hiểm Nguy Trí.

- Tầng tuệ thứ tám, là Yểm Ly Trí.

- Tầng tuệ thứ chín, là Dục Thoát Trí, thế giới cần phải thoát ly.

- Tầng tuệ thứ mười, là Giản Trạch Trí, lấy trí phân tích sự vật để giải thoát.

- Tầng tuệ thứ mười một, là Hành Xả Trí. Thái độ xả ly đối với vật hữu vi, không tham ái đối với sắc tốt, không diệt bỏ (sân) đối với sắc xấu. Thân tâm nhẹ nhàng và chánh niệm tự động. Khi chứng trí nầy, vị này bắt đầu chọn một trong tam pháp ấn (Vô thường - khổ - vô ngã), pháp ấn nào thích hợp với mình nhất, vị này tập trung tư duy quán tưởng trên pháp đó.

- Tầng tuệ thứ mười hai là Thuận Thứ Trí. Nhờ thực hành và chứng được chín trí trên nên có được trí nầy, gọi là thuận thứ vì trí này tùy thuận với 37 phẩm trợ đạo và hướng đến giải thoát, giác ngộ tức tâm bắt đầu hướng đến thánh tuệ.

1e. Giai đoạn "Tri Kiến thanh tịnh". Đây là giai đoạn thanh tịnh cuối cùng, tức sự thấy, biết của vị ấy đã hoàn toàn thanh tịnh và bước vào dòng thánh do tuệ giác khai triển trong lúc quán sát một trong ba đặc tướng của các pháp, cuối cùng đạt được Đạo - Quả Niết-bàn. Giai đoạn nầy gồm bốn tuệ của Bậc Thánh: Thánh Tuệ.

- Tuệ Chuyển Tánh hay còn gọi là Tuệ Cắt Dòng Phàm.

- Đạo Tuệ, đoạn trừ hoàn toàn Thân kiến, Nghi, Giới Cấm Thủ.

- Quả Tuệ thứ nhất (Dự Lưu), Đạo tâm chỉ khởi lên một sát na, sát na tiếp theo đắc Quả tâm tức chứng Dự Lưu Quả, vị này dứt khoát không còn đọa vào bốn đường ác mặc dù sanh thân lại cõi dục giới bảy lần[18].

18. Cảm nhận Niết-bàn Dự Lưu Quả sau khi lần lượt vượt qua 7 giai

- Tuệ Nhìn Lại còn gọi Tuệ Ôn Lại hay Phản Kháng Tuệ, tức tuệ kiểm soát lại xem còn phiền não nào chưa đoạn tận.

Tóm lại, cảm nhận Niết-bàn Dự lưu quả chỉ sau khi vị hành giả lần lượt vượt qua bảy giai đoạn thanh tịnh, từ:

+ Giai đoạn 1: Giới thanh tịnh;

+ Giai đoạn 2: Tâm thanh tịnh hay định thanh tịnh và trải qua;

+ Giai đoạn 3 đến 7: Quán sát thanh tịnh gồm mười sáu tầng tuệ minh sát. Phật tuyên bố chỉ có tuệ minh sát, mới đưa đến giác ngộ, giải thoát Niết-bàn.

+ Giai đoạn 3: Kiến thanh tịnh - một tuệ;

+ Giai đoạn 4: Đoạn nghi thanh tịnh - một tuệ;

+ Giai đoạn 5: Đạo Phi đạo tri kiến thanh tịnh - một tuệ;

+ Giai đoạn 6: Hành đạo tri kiến thanh tịnh - chín tuệ;

+ Giai đoạn 7: Tri kiến thanh tịnh - bốn tuệ[19].

- Nhìn lại lần hai và tu cho thấy lại tuệ - tuệ mười lăm, làm muội lược tham - sân , đắc Nhất Lai

- Nhìn lại lần ba và tiếp tục tu cho thấy lại tuệ một - tuệ mười sáu, đoạn tận năm hạ phần kiết sử, tức đoạn trừ hoàn toàn tham, sân, đắc Bất Lai[20].

đoạn thanh tịnh từ trạm 1 đến trạm 7, đạt 16 tầng Tuệ Minh Sát, gồm có 5 giai đoạn quán sát.

19. Mi, sutta 24 - *Kinh Trạm Xe* (hay 7 pháp thanh tịnh đưa đến Thánh quả).

20. Sanh về cõi sắc giới ở 1 trong 5 cõi Tịnh Cư Thiên (Ngũ Tịnh

- Nhìn lại lần cuối, tu cho thấy lại tuệ một đến tuệ mười lăm và tiếp tục đoạn tận năm Thượng phần kiết sử, đắc quả A-la-hán, thành tựu được Tam minh:

+ Túc mạng minh: Nhớ đến các đời sống quá khứ, ở đâu, tên gì, giai cấp nào, tuổi thọ bao lâu, sau khi chết tái sinh ở đâu.

+ Thiên nhãn minh: Thấy sự sống và chết của chúng sanh từ giàu đến nghèo, đẹp hay xấu, hạnh phúc hay khổ đau. Tất cả đều do nghiệp tạo tác. Nếu tạo ác nghiệp, thì rơi vào ác đạo. Nếu tạo thiện nghiệp, sẽ đi vào thiện đạo.

+ Lậu tận minh: Là trí tuệ biết như thật 4 đế.

- Đây là khổ;

- Đây là nguyên nhân của khổ;

- Đây là sự chấm dứt khổ;

- Đây là con đường diệt khổ.

Nhờ thấy và biết như vậy nên tâm vị ấy thoát khỏi dục lậu, hữu lậu và vô minh lậu; vị ấy đạt được sự giải thoát (Niết-bàn). Khi được giải thoát, khởi lên sự hiểu biết ta đã giải thoát; vị ấy biết "Sanh đã tận, phạm hạnh đã thành, các việc nên làm đã làm, sau đời hiện tại, sẽ không còn đời sống nào khác nữa"[21]. Vị này đạt được giải thoát tri kiến.

Vị đắc quả A-la-hán vào Vô dư Niết-bàn gọi là đi không để lại dấu vết do đoạn tận tất cả lậu hoặc, không ai biết nơi

---

Cư Thiên).

21. Nếu muốn trở lại, vị nầy sẽ trở lại theo nguyện lực. Mii, sutta 120 - Tái Sanh theo tâm Nguyện, hoặc Mii, sutta 72 - Giảng cho Vacchagotta về Ngọn Lửa.

đi và nơi đến của vị này. Nếu trở lại cuộc đời này, thì vị này sẽ trở lại do tâm nguyện[22]. Niết-bàn, A-la-hán có ba tên gọi khác nhau tùy theo một trong ba pháp ấn vị này chọn để tu tập quán tưởng. Đó là:

- Chơn không Niết-bàn: quán vạn pháp là Vô Ngã.

- Vô tướng Niết-bàn: quán vạn pháp là vô thường.

- Vô nguyện Niết-bàn: Quán sát thấy khổ thế gian quá nhiều, nên khi đắc Niết-bàn thì không mong cầu lạc nào hơn nữa (tức không còn nguyện ước đạt trạng thái nào hơn). Vị này như lý tác ý các hành là khổ, chứng đắc vô nguyện giải thoát[23].

Nếu giới là nền tảng, thì định thuộc về phương diện kỹ thuật tôi luyện cho tâm thanh tịnh, nhằm đạt đến huệ. Phật tuyên bố, chỉ có trí tuệ minh sát, mới đưa đến sự giác ngộ, giải thoát hoàn toàn.

***

22. Miii, sutta 120: Sự Tái Sinh Do Ước Nguyện.
23. Mi, sutta 02 - Kinh Nhứt Thiết Lậu Hoặc.

Câu hỏi thảo luận

Để chứng đắc thánh quả đầu tiên (dự lưu quả) hành giả phải vượt qua bao nhiêu giai đoạn để thành tựu mười tầng tuệ?

Bài đọc thêm

Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Đức Phật đã dạy những gì, Quán Tưởng*, tr. 155, Nxb Tôn giáo, 2000.

Sách tham khảo

1. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trung Bộ*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1992.

2. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trường Bộ*.

3. Thích Minh Châu (dịch), *Thắng Pháp Tập Yếu Luận*.

4. Thích Phước Sơn, *Thanh Tịnh Đạo Luận Toản Yếu*.

NGŨ UẨN

(P. *Pancakhandha*; S. *Pancaskandha*; H. 五蘊)

Ngũ uẩn là bài pháp Ngũ uẩn là bài pháp thứ hai được Đức Phật thuyết giảng sau ngày thành đạo cho năm huynh đệ tôn giả Kiều Trần Như. Đây là một trong những bài pháp vô cùng quan trọng trong hệ thống giáo lý Phật giáo. Vì giáo lý này trình bày quan điểm của Phật giáo về sự cấu thành con người và thế giới. Lời dạy sau đây của Đức Phật sẽ chứng minh cho điều này: "Này các Tỷ-kheo, khi nào Ta chưa thật liễu tri Năm thủ uẩn nay theo bốn chuyển, cho đến khi ấy, này các Tỷ-kheo, đối với thế giới chư Thiên, Ma, Phạm Thiên và loài Người, Ta không xác chứng Ta đã chứng đắc Vô thượng Chánh đẳng giác. Nhưng này các Tỷ-kheo, khi nào Ta đã liễu tri Năm thủ uẩn này theo bốn chuyển, cho đến khi ấy, này các Tỷ-kheo, đối với thế giới chư Thiên, Ma, Phạm Thiên và loài Người, Ta xác chứng Ta đã chứng đắc Vô thượng Chánh đẳng giác"[1]. Theo sự giải thích của Thế Tôn, liễu tri (hiểu rõ) năm uẩn theo bốn chuyển là hiểu rõ sắc, thọ, tưởng, hành, thức; hiểu rõ sự tập khởi của

1. ĐTKVN, *KTUB*.

sắc, thọ, tưởng, hành, thức; hiểu rõ sự đoạn diệt của sắc, thọ, tưởng, hành, thức; và hiểu rõ con đường đưa đến sự đoạn diệt của sắc, thọ, tưởng, hành, thức. Đây gọi là thắng tri ngũ uẩn theo bốn chuyển.

I. ĐỊNH NGHĨA:

Pañca Khandha (P) và Pañca Skandha (S) được ngài Huyền Trang dịch là ngũ uẩn (五蘊); ngũ là năm và uẩn là sự tích tụ, tích tập hay nhóm họp. Ngài Cưu-ma-la-thập (S. *Kumārajīva*; H. 鳩摩羅什) lại dịch là ngũ ấm, có nghĩa là che, ngăn lại, làm cho tối đi; nghĩa là năm thứ này ngăn che cái thấy biết khiến người ta không nhận thức một cách rõ ràng bản chất của các pháp. Ngài Cưu-ma-la-thập cũng dịch Pañca Khanda là ngũ chúng với ý nghĩa là nhiều, số đông, bởi vì năm nhóm sắc, thọ, tưởng, hành, thức đều do nhiều loại tập hợp lại mà thành. Ngũ uẩn cũng được gọi là sinh y, tức năm thứ làm căn bản cho sự tái sinh, làm căn cứ cho một đời sống mới. Ngũ uẩn bao gồm sắc uẩn (P. *Rūpak-khanda*; H. 色蘊), thọ uẩn (P. *Vedanākkhanda*; H. 受蘊), tưởng uẩn (P. *Saññākkhanha*; H. 想蘊), hành uẩn (P. *Samkharakkhanda*; H. 行蘊) và thức uẩn (P. *Vinnanakkhanda*; H. 識蘊).

II. GIẢI THÍCH CÁC THUẬT NGỮ:

Sắc uẩn (P. *Rūpakkhanda*; H. 色蘊): Trung Hoa dịch là biến ngại vi nghĩa, nghĩa là lấy biến ngại làm nghĩa. Biến nghĩa là biến dịch, thay đổi, chuyển biến vô thường. Ngại là đối ngại, ngăn ngại giữa cái này và cái khác, giữa căn và trần, giữa trần này với trần kia. Sắc gồm bốn yếu tố (gọi là tứ đại cổ truyền-*cattarimahabhutani*): Đất, nước, lửa, gió và những thứ do bốn đại tạo thành

(thường được gọi là tứ đại sở tạo)... Các pháp do tứ đại tạo thành gồm năm căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân) và năm đối tượng của chúng là năm cảnh (sắc, thanh, hương, vị, xúc). Tư tưởng hay suy nghĩ thuộc đối tượng của tâm cũng được liệt vào nhóm sắc. *Kinh Tương Ưng* định nghĩa sắc như sau: "Này các Tỷ-kheo, thế nào gọi là sắc uẩn? Này các Tỷ-kheo, tất cả các sắc pháp thuộc quá khứ, hiện tại, vị lai, thuộc ngoài hay trong, thô hay tế, liệt hay thắng, xa hay gần, đều gọi là sắc uẩn"[2].

Thọ uẩn (P. *Vedanākkhanda*; H. 受蘊), tức cảm giác hay cảm thọ; Trung Hoa dịch là lãnh nạp, nghĩa là do căn (giác quan) lãnh nạp trần, sáu căn (giác quan) lãnh nạp sáu trần... nên gọi là thọ. Có ba loại cảm thọ: cảm thọ vui (lạc thọ), cảm thọ khổ (khổ thọ), cảm thọ không khổ không vui (bất khổ bất lạc thọ). Các loại cảm thọ này phát sinh khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần: Thọ do mắt tiếp xúc với sắc, tai nghe tiếng, mũi ngửi hương, lưỡi nếm vị, thân tiếp xúc với các vật cứng, mềm và ý tiếp xúc với các đối tượng (pháp). Nói tóm lại tất cả cảm giác sinh ra từ sự xúc chạm của sáu căn và sáu trần đều thuộc nhóm thọ, như định nghĩa sau đây của Đức Phật: "Này các Tỷ-kheo, thế nào gọi là thọ? Này các Tỷ-kheo, có sáu loại thọ: Thọ do nhãn xúc sinh, thọ do nhĩ xúc sinh, thọ do tỷ xúc sinh, thọ do thân xúc sinh và thọ do pháp xúc sinh; đây gọi là thọ"[3].

Tưởng uẩn (P. *Saññākkhandh*. H. 想蘊) tức nhận thức hay tri giác. Trung Hoa dịch là thủ tượng vi nghĩa, tức lấy cái ảnh tượng bên ngoài đưa vào trong tâm gọi là tưởng (có

2. ĐTKVN, *KTƯB*.
3. ĐTKVN, *KTƯB*.

nghĩa là nhận lấy, thủ lấy, chấp thủ cái tướng, hình tượng, ảnh tượng vào trong tâm. Cũng như thọ, tưởng có sáu loại: tưởng về sắc, tưởng về thanh, tưởng về hương, tưởng về vị, tưởng về xúc và tưởng về pháp. Tưởng khởi sinh do sự tiếp xúc giữa sáu căn và sáu trần. Chức năng của tưởng là nhận biết sự vật là vật chất hay tâm linh.

Hành uẩn (P. *Samkharakkhanda*; H. 行蘊) là những hoạt động hay tạo tác của tâm. Hành có hai nghĩa (a) Thiên lưu: Các pháp luôn biến dịch, trôi chảy mãi như một dòng nước nên gọi là hành; (b) Tạo tác: Mọi hành động của thân, khẩu, ý đều là sự tạo tác nên gọi là hành. Theo giáo lý Phật giáo, hành uẩn là nhân tố chính quyết định nghiệp; những gì tạo ra nghiệp đều bao hàm trong hành uẩn, gồm tất cả hoạt động xấu hay tốt của tâm (ý chí). Hành còn được biết với một tên gọi khác là tư tâm sở (*cetanā*; 心所) hay ước muốn hành động, như lời dạy của Đức Phật: "Này các Tỷ-kheo, chính tư tâm sở hay ước muốn (*cetaṇā*) Ta gọi là nghiệp"[4]. Có ba loại hành, gồm thân hành, khẩu hành và ý hành. Trong *kinh Tương Ưng Bộ*, Đức Phật gọi hành là tư: "Này các Tỷ-kheo, thế nào gọi là hành? Đấy là sáu chỗ tư: sắc tư, thanh tư, hương tư, vị tư, xúc tư và pháp tư. Này các Tỷ-kheo, sáu chỗ của tư ấy được gọi là hành. Do xúc khởi nên hành khởi, do xúc diệt nên hành diệt"[5].

Thức uẩn (P. *Vinnanakkhandha*; H. 識蘊) là nhóm cuối cùng trong năm uẩn. Trung Hoa giải thích thức là "liễu biệt vi thức", nghĩa là biện biệt một cách rõ ràng. Giống như thọ uẩn, tưởng uẩn và hành uẩn, có sáu loại thức sẽ

4. ĐTKVN, *KTCB*.
5. ĐTKVN, *KTUB*.

khởi sinh khi các giác quan (các căn) tiếp xúc với sáu cảnh tương ứng (các trần), gồm nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức. Theo kinh tạng Nam truyền, chức năng của thức là rõ biết sự hiện diện của đối tượng (pháp): "Này các Tỷ-kheo, tại sao gọi là thức? Rõ biết, này các Tỷ-kheo, nên gọi là thức.- Rõ biết gì?-Rõ biết chua, đắng, cay, ngọt, rõ biết chất kiềm...không phải chất kiềm, rõ biết mặn, không phải mặn.- Rõ biết, này các Tỷ-kheo, nên gọi là thức"[6].

Theo sự phân tích ở trên con người chỉ là sự tập thành của năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức). Nói theo ngôn ngữ thời nay, con người là hợp thể của năm nhóm gồm thể chất (sắc), cảm giác (thọ), tri giác (tưởng), nhận thức (hành), và nhận thức (thức), hay thể chất, tình cảm, lý trí, ý chí, nhận thức. Năm nhóm này luôn phụ thuộc vào nhau để tồn tại, không có uẩn nào có thể tồn tại một cách độc lập; sự tồn tại của một uẩn đồng nghĩa với sự tồn tại của năm uẩn; ngược lại, sự biến hoại vô thường của một uẩn tức là sự biến hoại của toàn thể con người, như lời dạy sau đây của Đức Phật:

"Thức có thể tồn tại với sắc làm đối tượng... Thức có thể tồn tại với thọ làm phương tiện, hay tưởng làm phương tiện, hay hành làm phương tiện... Nếu ai bảo rằng họ có thể chỉ rõ sự xuất hiện, sự ra đi, sự biến mất, sự sinh, tăng trưởng, phát triển của thức biệt lập với sắc, thọ, tưởng, hành, thì đấy là một điều không thực có"[7].

6. ĐTKVN, *KTƯB*.
7. ĐTKVN, *KTƯB*.

Cái ta gọi là "linh hồn", "cá thể", "tôi"... chỉ là cái tên gọi cho sự nhóm họp của năm uẩn, vốn vô thường, thay đổi và biến chuyển liên tục. Một sự vật biến mất, làm nhân duyên cho sự xuất hiện của vật kế tiếp trong chuỗi dài nhân quả; không hề có gì là bản thể bất biến ở đằng sau chúng mà chúng ta có thể gọi là cái ngã trường cửu (*ātma*), cá thể, hay cái "tôi" thật sự, như *kinh Trung Bộ* đã dạy:

- Sắc là vô thường;

- Cái gì vô thường là khổ;

- Cái gì vô thường, khổ chịu sự biến hoại, có hợp lý chăng khi quán cái ấy: Cái này là tôi, cái này là của tôi, cái này là tự ngã của tôi (tương tự thọ, tưởng, hành, thức).

III. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Do vậy, ai chấp thủ về một cái ngã thường hằng trong thân ngũ uẩn gọi là thân kiến (P. *Sakyaditthi*; H. 身見) và chắc chắn người ấy sẽ bị khổ đau. Đức Phật dạy: "Này các Tỷ-kheo, ai thấy và biết như thật về mắt, tai, mũi, lưỡi thân và ý..., người ấy quán sát sự nguy hiểm, không có ái trước, không bị trói buộc, và không có tham đắm nên năm uẩn đi đến tàn diệt trong tương lai. Người ấy cảm nghiệm hạnh phúc của thân và hạnh phúc của tâm"[8].

Biết thân như bọt nước,
Ngộ thân là như huyễn,
Bẻ tên hoa của ma,
Vượt tầm mắt thần chết (46).

8. ĐTKVN, *KT.B.*

Hãy nhìn như bọt nước,
Hãy nhìn như huyễn cảnh,
Quán nhìn đời như vậy,
Thần chết không bắt gặp[9].
Quán sắc như bọt nước,
Thọ như bong bóng nước,
Tưởng y như sóng nắng,
Các hành như cây chuối,
Các thức là vô ngã[10].

Tóm lại, tu tập năm uẩn là nhằm đến hai mục tiêu:

(a) Chế ngự thói quen của con người (tập quán nghiệp) nghĩ về các hiện hữu như là có một ngã tính thường hằng tự dục vọng khởi lên.

(b) Phát triển cái nhìn sự vật là vô ngã từ đó vô dục khởi lên.

***

9. Hòa thượng Thích Minh Châu (dịch), *Kinh Pháp Cú.*
10. ĐTKVN, *KTAH.*

Câu hỏi hướng dẫn học tập:

1. Giáo lý Ngũ uẩn của Phật giáo đề cập đến vấn đề gì?

2. Định nghĩa một cách đầy đủ về Ngũ uẩn?

3. Thảo luận về mối quan hệ của Năm uẩn?

4. Cần áp dụng pháp tu nào đối với giáo lý Ngũ uẩn? Tại sao?

Bài đọc thêm

W. Rahula, Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Ngũ uẩn, Đức Phật đã dạy những gì*, Nxb Tôn giáo, 2000.

Tài liệu tham khảo

1. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trung Bộ*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1992.

2. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Tăng Chi Bộ*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1999.

3. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Tương Ưng Bộ*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1993.

4. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trung A Hàm*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam.

DUYÊN KHỞI

(P. *Paticcasamuppāda*; H. 緣起)

Duyên khởi là giáo lý nền tảng của đạo Phật, được chấp nhận chung trong tất cả các học phái Phật giáo, Nam truyền cũng như Bắc truyền. Nó là nguyên lý vận hành tự nhiên của hết thảy sự vật và hiện tượng, do chính Đức Phật tự thân chứng ngộ và giảng dạy, chủ yếu nhấn mạnh về sự khổ và sự diệt khổ theo nguyên tắc: "Cái này có nên cái kia có, cái này sanh nên cái kia sanh; cái này không có nên cái kia không, cái này diệt nên cái kia diệt"[1]. Chính Đức Phật đã đoạn tận khổ đau, thành tựu quả vị Chánh đẳng giác, nhờ quán sát sâu sắc lý Duyên khởi[2].

I. ĐỊNH NGHĨA:

Duyên khởi hay còn gọi là Duyên sinh (P. *Paticcasamuppāda*; H. 緣生) là một thuật ngữ Phật học dùng để chỉ cho nguyện lý sinh khởi và đoạn diệt do nhân duyên của các pháp hữu vi hay các hiện tượng khổ

1. ĐTKVNNT, tập 2, *KT.B, tập I*, tr. 325-326, Nxb Tôn giáo, 2012.
2. ĐTKVNNT, tập 4, *KTUB, tập I*, tr. 379-380, Nxb Tôn giáo, 2013.

đau gồm 12 chi phần gọi là lý duyên sinh và lý duyên diệt. Trong *kinh Tương Ưng Bộ*, Đức Phật nêu định nghĩa:

"Này các Tỷ-kheo, thế nào là lý Duyên khởi?

Này các Tỷ-kheo, vô minh duyên hành; hành duyên thức; thức duyên sanh sắc; danh sắc duyên sáu xứ; sáu xứ duyên xúc; xúc duyên thọ; thọ duyên ái; ái duyên thủ; thủ duyên hữu; hữu duyên sanh; sanh duyên già chết, sầu, bi, khổ, ưu, não được khởi lên. Như vậy toàn bộ khổ uẩn này tập khởi. Này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là tập khởi.

Nhưng do ly tham, đoạn diệt vô minh một cách hoàn toàn nên hành diệt. Do hành diệt nên thức diệt. Do thức diệt nên danh sắc diệt. Do danh sắc diệt nên sáu xứ diệt. Do sáu xứ diệt nên xúc diệt. Do xúc diệt nên thọ diệt. Do thọ diệt nên ái diệt. Do ái diệt nên thủ diệt. Do thủ diệt nên hữu diệt. Do hữu diệt nên sanh diệt. Do sanh diệt nên già chết, sầu, bi, khổ, ưu, não diệt. Như vậy là toàn bộ khổ uẩn này đoạn diệt. Này các Tỷ-kheo, như vậy gọi là đoạn diệt"[3].

II. GIẢI THÍCH CÁC THUẬT NGỮ:

Để hiểu được giáo lý Duyên khởi, chúng ta cần hiểu rõ ý nghĩa từng chi phần trong số 12 chi phần của công thức Duyên khởi. Chúng được giải thích như sau[4]:

Này các Tỷ-kheo, thế nào là vô minh? Này các Tỷ-kheo, không rõ biết Khổ, không rõ biết Khổ tập, không rõ biết Khổ diệt, không rõ biết Con đường đưa đến Khổ diệt. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là vô minh.

3. ĐTKVNNT, tập 4, *KTƯB, tập I*, tr. 371-372, Nxb Tôn giáo, 2013.
4. ĐTKVNNT, tập 4, *KTƯB, tập I*, tr. 372-374, Nxb Tôn giáo, 2013.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là hành? Này các Tỷ-kheo, có ba hành này: Thân hành, khẩu hành, ý hành. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là hành.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là thức? Này các Tỷ-kheo, có sáu thức thân này: Nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức, ý thức. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là thức.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là danh sắc? Thọ, tưởng, tư, xúc, tác ý; đây gọi là danh. Bốn đại chủng và sắc do bốn đại chủng tạo ra; đây gọi là sắc. Như vậy đây là danh, đây là sắc. Đây gọi là danh sắc.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là sáu xứ? Nhãn xứ, nhĩ xứ, tỷ xứ, thiệt xứ, thân xứ, ý xứ. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là sáu xứ.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là xúc? Này các Tỷ-kheo, có sáu xúc thân này: Nhãn xúc, nhĩ xúc, tỷ xúc, thiệt xúc, thân xúc, ý xúc. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là xúc.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là thọ? Này các Tỷ-kheo, có sáu thọ thân này: Thọ do nhãn xúc sanh; thọ do nhĩ xúc sanh; thọ do tỷ xúc sanh; thọ do thiệt xúc sanh; thọ do thân xúc sanh; thọ do ý xúc sanh. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là thọ.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là ái? Này các Tỷ-kheo, có sáu ái thân này: Sắc ái, thanh ái, hương ái, vị ái, xúc ái, pháp ái. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là ái.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là thủ? Này các Tỷ-kheo, có bốn thủ này: Dục thủ, kiến thủ, giới cấm thủ, ngã luận thủ. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là thủ.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là hữu? Này các Tỷ-kheo, có ba hữu này: Dục hữu, Sắc hữu, Vô sắc hữu. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là hữu.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là sanh? Cái gì thuộc chúng sanh này hay chúng sanh khác, thuộc bộ loại chúng sanh này hay thuộc bộ loại chúng sanh khác, bị sanh, xuất sanh, giáng sanh, đản sanh, sự xuất hiện các uẩn, sự thành tựu các xứ. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là sanh.

Và này các Tỷ-kheo, thế nào là già chết? Cái gì thuộc chúng sanh này hay chúng sanh khác, thuộc bộ loại chúng sanh này hay thuộc bộ loại chúng sanh khác, bị già, yếu, suy nhược, răng rụng, tóc bạc, da nhăn, tuổi thọ tàn lụi, các căn chín muồi. Đây gọi là già. Cái gì thuộc chúng sanh này hay chúng sanh khác, thuộc bộ loại chúng sanh này hay thuộc bộ loại chúng sanh khác, sự từ bỏ, hủy hoại, tiêu mất, tử vong, các uẩn hư hoại, thân thể vứt bỏ. Đây gọi là chết. Này các Tỷ-kheo, đây gọi là già chết.

Các định nghĩa và giải thích trên về lý Duyên khởi gợi cho chúng ta rằng vô minh, tức không thấy được Khổ, Khổ tập, Khổ diệt và Con đường đưa đến khổ diệt hay sự mê mờ về sự thật sinh khởi và đoạn diệt do nhân duyên của các pháp là lý do dẫn đến sự tiếp diễn không ngừng của khổ đau. Chính vì thế mà nhận thức đúng đắn về Duyên khởi hay hiểu rõ về ý nghĩa sự sinh khởi và đoạn diệt do nhân duyên của các pháp hay các hiện tượng sẽ mở ra một hướng đi sáng suốt rời xa khổ đau.

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

Giáo lý Duyên khởi cốt yếu trình bày ý nghĩa sinh khởi và đoạn diệt của khổ đau dưới hai hình thức gọi là lý duyên sinh và lý duyên diệt; vì vậy, có hai vấn đề cần được làm sáng tỏ khi phân tích về nội dung giáo lý này.

1. Lý duyên sinh:

Nói đến lý duyên sinh hay nguyên lý sinh khởi của các pháp hữu vi hay các hiện tượng khổ đau tức là nói đến sự sinh khởi và vận hành của toàn bộ hệ thống Duyên khởi. Đó là một chuỗi các nhân duyên cùng sinh khởi và vận hành, tương tác lẫn nhau, tạo nên một vòng chuyển động tương tục, không gián đoạn. Trong phần định nghĩa về Duyên khởi, Đức Phật đã nêu rõ:

"Này các Tỷ-kheo, vô minh duyên hành; hành duyên thức; thức duyên danh sắc; danh sắc duyên sáu xứ; sáu xứ duyên xúc; xúc duyên thọ; thọ duyên ái; ái duyên thủ; thủ duyên hữu; hữu duyên sanh; sanh duyên già, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não được khởi lên. Như vậy là toàn bộ khổ uẩn này tập khởi".

Theo định nghĩa trên thì cái gọi là già, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não (chỉ cho con người ngũ uẩn hay chúng sinh) hay còn gọi là "toàn bộ khổ uẩn" sinh khởi và hiện hữu là do nhân duyên, tức do sự sinh khởi của vô minh, hành, thức... hay do sự vận hành của các chi phần Duyên khởi. Sự sinh khởi hay hiện hữu của già, chết... như vậy là đồng nghĩa với sự sinh khởi và vận hành của các chi phần khác của công thức Duyên khởi hay của cả hệ thống Duyên khởi. Già, chết tự nó không sinh khởi hay hiện hữu, nhưng do sự tác động của vô minh, hành, thức... nên già, chết mới có mặt. Vì vậy, già, chết là pháp duyên sinh, hiện hữu do nhân duyên, không có tự tính độc lập, không thường hằng, không có ngã tính. Tương tự, các chi phần khác của công thức Duyên khởi cũng là pháp duyên sinh, hiện hữu do nhân duyên, không có tự tính độc lập, không thường hằng,

không có ngã tính. Chúng sinh khởi và vận hành do nhân duyên, do sự tương tác lẫn nhau của các chi phần Duyên khởi. Vì vậy, khi vô minh hay bất cứ một chi phần nào khác sinh khởi thì toàn bộ hệ thống Duyên khởi sinh khởi và vận hành, cũng đồng nghĩa là khổ đau sinh khởi và hiện hữu. Đây gọi là lý duyên sinh hay nguyên lý sinh khởi của các pháp hữu vi hay các hiện tượng khổ đau theo quan niệm của đạo Phật. Với tuệ nhãn của bậc Giác ngộ, Đức Phật xem lý Duyên khởi hay tính chất sinh khởi và đoạn diệt do nhân duyên của các pháp là chân thật, không sai khác, không thay đổi, gọi là như thật tánh, như thị tánh, chân thật tánh, bất hư vọng tánh.

2. Lý duyên diệt:

Nhận thức được lý duyên sinh hay ý nghĩa sự hiện hữu do nhân duyên của các pháp hữu vi hay các hiện tượng khổ đau rồi thì lý duyên diệt hay ý nghĩa sự đoạn diệt của các pháp hữu vi hay các hiện tượng khổ đau không còn là điều khó hiểu. Già, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não hay "toàn bộ khổ uẩn" sở dĩ có mặt là do vô minh, hành, thức... có mặt hay do sự vận hành của các chi phần Duyên khởi. Vì vậy, nếu vô minh, hành, thức hoặc các chi phần khác không sinh khởi, không có mặt, bị chặt đứt, bị loại trừ, thì bấy giờ già, chết... hay "toàn bộ khổ uẩn" sẽ chấm dứt, sẽ đoạn diệt. Đây chính là lý duyên diệt hay ý nghĩa sự đoạn diệt của các pháp hữu vi hay các hiện tượng khổ đau do sự đoạn diệt của các chi phần Duyên khởi. Đức Phật tuyên bố:

"Nhưng do sự ly tham, đoạn diệt vô minh một cách hoàn toàn, nên hành diệt. Do hành diệt nên thức diệt. Do thức diệt nên danh sắc diệt. Do danh sắc diệt nên sáu xứ

diệt. Do sáu xứ diệt nên xúc diệt. Do xúc diệt nên thọ diệt. Do thọ diệt nên ái diệt. Do ái diệt nên thủ diệt. Do thủ diệt nên hữu diệt. Do hữu diệt nên sanh diệt. Do sanh diệt nên già chết, sầu, bi, khổ, ưu, não đều diệt. Như vậy là sự đoạn diệt một cách hoàn toàn toàn bộ khổ uẩn này".

Lời tuyên bố của Đức Phật về lý duyên diệt hay về nguyên lý đoạn diệt một cách hoàn toàn "toàn bộ khổ uẩn" gợi cho chúng ta một quan niệm lạc quan về phương pháp đi ra khỏi khổ đau. Đó là nhận thức đầy đủ về lý Duyên khởi, hiểu rõ sự sinh khởi và đoạn diệt do nhân duyên của các hiện tượng khổ đau và quyết tâm từ bỏ, rời xa các nguyên nhân gây nên khổ đau. Ở đây, câu nói "Nhưng do sự ly tham, đoạn diệt vô minh một cách hoàn toàn, nên hành diệt" là lời xác chứng về phương pháp rời xa khổ đau, rất đáng cho chúng ta lưu tâm.

Đáng lưu ý rằng Duyên khởi là giáo lý nhấn mạnh về khổ đau sinh khởi và khổ đau đoạn diệt do nhân duyên, chủ yếu giúp cho con người nhận chân được sự thật duyên sinh, vô thường, khổ, vô ngã của hết thảy các pháp hay các hiện tượng khổ đau (ngũ uẩn, thập nhị xứ, thập bát giới) nhằm loại trừ vô minh, tham ái, ngã chấp, đi ra khỏi khổ đau. Chính vì vậy mà nhận thức Duyên khởi đóng vai trò hết sức quan trọng trong đường hướng thực hành Phật giáo. Nó là cái nhìn đầy trí tuệ về thực tại vô ngã, có công năng giúp con người thoát khỏi mê chấp, rời xa khổ đau, nhờ quán sát thực tại khổ đau, thấy rõ nó là hiện tượng duyên sinh, chuyển biến liên tục, không thực có, không tồn tại, không thể nắm bắt, là vô ngã, không ai làm chủ được.

Cũng cần chú ý thêm rằng Duyên khởi là một quy luật tương tác trong đó mỗi chi phần đều trực tiếp hoặc gián tiếp

ảnh hưởng đến các chi phần khác, đều nương vào nhau, tác động lên nhau, thúc đẩy lẫn nhau, hỗ trợ cho nhau mà vận hành. Mười hai chi phần Duyên khởi là một chuỗi vận hành trong tư thế tương quan, tương tác lẫn nhau, không có một chi phần nào là trọng tâm và độc lập cả. Trong cách diễn đạt, Đức Phật nói vô minh duyên hành, hành duyên thức... sanh duyên già, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não, tức do vô minh sinh khởi nên hành sinh khởi, do hành sinh khởi nên thức sinh khởi... do sanh sinh khởi nên già, chết, sầu, bi, khổ, ưu, não sinh khởi. Đây là lối diễn đạt theo trình tự mười hai chi phần tác động trực tiếp lên nhau; trong thực tế, lý duyên khởi là một vòng tròn khép kín, không có cái bắt đầu cũng không có cái kết thúc. Vô minh không phải là nguyên nhân đầu tiên dẫn đến già chết như là kết quả cuối cùng. Vô minh và già, chết là đồng một thể, tương quan, tương duyên với nhau, không tách rời nhau. Chúng là các hiện tượng sinh diệt, tương tác lẫn nhau, tạo nên một vòng tròn khổ đau không kết thúc. Chúng vừa là nhân vừa là quả của nhau, tương tác lẫn nhau, hình thành nên một chuỗi nhân quả trùng trùng không chấm dứt. Vì vậy, cái vòng tròn khổ đau do duyên sinh này chỉ kết thúc, không còn vận hành, một khi con người có sự nhận diện đầy đủ về các chi phần mang tính tương tác của nó và quyết tâm loại bỏ một trong số các chi phần tạo nên vòng tròn khổ đau ấy. Nói cách khác, lý duyên khởi là một chuỗi các yếu tố vận hành do duyên, tức do sự tác động qua lại của cả mười hai chi phần nhân duyên; vì vậy, khi một chi phần nào đó sinh khởi và vận hành thì cũng đồng nghĩa là mười một chi phần còn lại đều sinh khởi và vận hành, tức khổ đau có mặt. Điều này cũng được áp dụng trong trường hợp ngược lại,

tức là khi một chi phần nào đó trong cái chuỗi mười hai chi phần được loại trừ thì toàn bộ hệ thống duyên khởi sẽ chấm dứt, được loại trừ, cũng có nghĩa là khổ đau chấm dứt. Đây chính là ý nghĩa của giáo lý Duyên khởi được nói đến trong đạo Phật, qua đó con người có thể tìm thấy nhiều hệ luận hữu ích áp dụng vào đời sống thực tiễn.

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Tìm hiểu đầy đủ về giáo lý Duyên khởi là bước đi hết sức căn bản của người học Phật trong ý nghĩa nỗ lực học tập và thực hành giáo lý của đạo Phật, tức là nhận thức rõ tính duyên khởi hay sự sinh khởi và đoạn diệt do nhân duyên của hết thảy các pháp hay các hiện tượng để thiết lập đời sống lợi ích an lạc trên cơ sở vận dụng sự thật Duyên khởi vào đời sống thực tiễn. Có nhiều hệ luận hữu ích có thể được rút ra từ nhận thức Duyên khởi mà các nhà Phật học tâm huyết đã gợi ra cho nhân loại[5]. Trong giới hạn bài này, chúng ta chỉ tập trung vào hai hệ luận căn bản: Ý thức trách nhiệm và Ý nghĩa tu tập giải thoát của người con Phật. Đó là nhận thức Duyên khởi giúp soi sáng ý nghĩa sự hiện hữu tương quan của chúng ta giữa cuộc đời, đồng thời nói rõ về sự thật vô thường, khổ đau và vô ngã của hết thảy mọi hiện hữu.

Hệ luận quan trọng thứ nhất là giáo lý Duyên khởi nói cho chúng ta biết sự hiện hữu của chúng ta ở trên đời này là hoàn toàn do nhân duyên, do nghiệp lực dẫn dắt, không phải do Thượng đế hay vị thần linh nào tạo ra; hoàn cảnh

5. Thích Chơn Thiện, *Lý thuyết nhân tính*, Phần II, Chương 2: Sự soi sáng của Duyên Khởi; Phần V, Chương 2: Giải đáp cho các khủng hoảng hiện nay, VNCPHVN, 1999.

đời sống hiện tại của chúng ta cũng do nhân duyên, do nghiệp lực (hành động có chủ ý) của chúng ta tạo ra, không phải do ai đó sắp đặt hay an bài sẵn. Nhận thức rõ về mình như thế thì chúng ta sẽ không còn rơi vào lối sống mê lầm, trái lại sẽ trở nên sáng suốt và có trách nhiệm hơn đối với cuộc sống của chính mình. Chúng ta không còn đổ lỗi hoặc trông chờ một tha lực nào khác can thiệp vào đời sống của mình. Chúng ta phải tự nỗ lực xây dựng đời sống hạnh phúc của chính mình bằng cách chuyển hóa bản thân (thân, khẩu, ý nghiệp) theo thiện pháp, cải thiện chất lượng an lạc của đời sống theo chiều hướng tích cực, quyết tâm từ bỏ điều ác, nỗ lực làm các việc lành. Nhận thức Duyên khởi cũng giúp chúng ta hiểu ra rằng cuộc sống là một hợp thể tồn tại hỗ tương; giữa con người với con người, giữa con người với gia đình, xã hội hay với môi trường tự nhiên luôn luôn tiềm tàng một mối liên hệ gắn kết không thể tách rời. Mỗi hành vi tốt hay xấu của cá nhân đều trực tiếp hoặc gián tiếp ảnh hưởng đến người khác và đến môi trường chung quanh; đến sự vận hành của thế giới chung quanh tác động trở lại chính mình. Vì vậy, con người cần phải có trách nhiệm xây dựng một môi trường sống tốt đẹp, lợi mình lợi người, trên cơ sở thực thi một đời sống chân chính, hiền thiện, thể hiện lòng từ ái, xử sự thân thiện đối với mọi người, mọi loài cũng như đối với môi trường thiên nhiên.

Hệ luận quan trọng thứ hai đáng lưu ý ở đây là Duyên khởi soi sáng ý nghĩa tu tập giải thoát của người con Phật. Đó là quán sát về Duyên khởi đưa đến sự chứng nghiệm sâu sắc về sự thật vô thường, khổ đau và vô ngã của hết thảy mọi hiện hữu, có công năng dứt trừ mọi tham ái và

chấp thủ, đưa đến đoạn tận khổ đau, mục tiêu rốt ráo của mọi nỗ lực Phật giáo. Hệ luận ấy như sau:

Cái gì do duyên sinh, cái ấy là vô thường; vì nó do nhân duyên mà có mặt, đủ duyên thì sinh, hết duyên thì diệt, thường xuyên thay đổi, không thường hằng, không tồn tại mãi.

Cái gì do duyên sinh, cái ấy là khổ đau; vì nó thay đổi, chuyển biến, đi đến hoại diệt.

Cái gì do duyên sinh, cái ấy là vô ngã; vì nó do duyên kết hợp mà thành, không có tự tánh độc lập, không thường hằng, không làm chủ được.

Vô thường, khổ, vô ngã là thuộc tính của mọi hiện hữu, cũng chính là ba pháp ấn mà người học Phật cần phải thường xuyên quán sát và chứng ngộ, vì chúng có công năng làm phát sinh trí tuệ vô lậu, đưa đến đoạn tận mê chấp, đoạn tận khổ đau, chấm dứt sinh tử luân hồi.

***

Câu hỏi hướng dẫn học tập:

1. Định nghĩa về lý Duyên khởi?

2. Cắt nghĩa về mười hai chi phần Duyên khởi?

3. Trình bày về lý duyên sinh?

4. Trình bày về lý duyên diệt?

5. Hiểu biết về giáo lý Duyên khởi có tác dụng như thế nào đối với quan niệm sống của người con Phật?

6. Hiểu biết về giáo lý Duyên khởi có tác dụng như thế nào trong đường hướng tu tập giải thoát của người con Phật?

Bài đọc thêm:

1. Thích Tâm Hải, *Mười hai nhân duyên, Phật học cơ bản, tập 2*, Nxb Tôn giáo, 2003, tr. 9-36. .

2. Thích Chơn Thiện, *Duyên khởi và Vô ngã, Phật học khái luận*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1997.

3. Thích Chơn Thiện, *Ý nghĩa Duyên khởi, Lý Thuyết Nhân Tính*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1999.

Tài liệu tham khảo:

1. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, tập 2, *kinh Trung Bộ, tập I*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn giáo, 2012.

2. Đại tạng Kinh Việt Nam Nam truyền, tập 4, *kinh Tương Ưng Bộ, tập I*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, Nxb Tôn giáo, 2013.

3. Thích Chơn Thiện, *Phật Học Khái Luận*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1997.

4. Thích Chơn Thiện, *Lý Thuyết Nhân Tính qua Kinh*

Tạng Nikāya, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1999.

5. *Phật Học Cơ Bản, tập 2*, Ban Hoằng pháp Trung ương, Nxb Tôn giáo, 2003.

Bài 19

TAM PHÁP ẤN

(P. *Tilakkhaṇa*; H. 三法印)

Một trong những tư tưởng xuyên suốt toàn bộ hệ thống triết học Phật giáo là Tam Pháp Ấn (P. *Tilakkhaṇa*; H. 三法印) với nội dung là tất cả các pháp là vô thường; cái gì vô thường ẩn chứa khổ đau; cái gì vô thường, khổ đều mang tính chất vô ngã. Tam Pháp Ấn thường được các nhà Phật học Trung Hoa Việt Nam giải thích là ba dấu ấn hay ba khuôn dấu của các pháp. Trong khi ấy lakkhana có ý nghĩa là tướng trạng hay đặc tính; vì vậy, Tilakkhana nên được dịch là ba tướng trạng, đặc tính hay tính chất của các pháp hay tất cả mọi hiện hữu. Có một sự khác nhau cần lưu ý ở đây là kinh tạng Pāli Tilakkhana gồm vô thường (P. *Anicca*; H. 無常), khổ (P. *Dukkha*; H. 苦) và vô ngã (P. *Anattā*; H. 無我); trong khi ấy, *Phật Quang Đại Từ Điển*[1] lại ghi rằng Tam pháp ấn là vô thường, vô ngã, Niết-bàn. Thêm vào đó, một vài kinh thuộc kinh tạng A-hàm (P. *Agama*; H. 阿含), Đức Phật lại dạy Tứ pháp ấn gồm vô thường, khổ,

1. Thích Quảng Độ (dịch), *PQĐTĐ*, Hội Văn Hóa Giáo dục Linh Sơn Đài Bắc, 2000.

không và vô ngã. Bài viết này sẽ chiếu theo kinh tạng Pāli, vì thực chất của Niết-bàn cũng mang dấu ấn vô ngã.

I. ĐỊNH NGHĨA:

Tam pháp ấn (P. *Tilakkhaṇa*; H. 三法印) có nghĩa là ba đặc tính của tất cả mọi hiện hữu (pháp) bao gồm vô thường, khổ, vô ngã. Giáo lý Tam pháp ấn có một vị trí đặc biệt vô cùng quan trọng trong Phật giáo, vì nó phản ánh chân thật bản chất của con người và vạn hữu.

II. GIẢI THÍCH THUẬT NGỮ:

1. Vô Thường (P. *Anicca*; S. *Anitya*; H. 無常) là một trong những đặc tính phổ quát của tất cả các pháp hữu vi; bởi vì không có một sự kiện, sự vật gì trong thế gian này, bao gồm cả con người và thế giới hiện tượng, có thể thường trú, thường hằng và tồn tại một cách độc lập, mà chúng biến dịch không ngừng. Điều này có nghĩa là không có cái gì có thể gọi là bản thể bất biến ở trong cuộc đời, vì nó luôn thay đổi, như lời Đức Phật dạy "Này các Bà-la-môn, giống như một dòng thác nước chảy mau và trôi xa, cuốn theo tất cả; không lúc nào, phút giây nào nó ngừng chảy, nó cứ tiếp tục trôi chảy. Hỡi các Bà-la-môn, đời người cũng như dòng thác kia"[2]. Thiền sư Vạn Hạnh đời nhà Lý cũng đã diễn tả vô thường bằng một bài kệ như sau:

Thân như điện ảnh hữu hoàn vô
Vạn mộc xuân vinh thu hựu khô
Nhậm vận thịnh suy vô bố úy
Thịnh suy như lộ thảo đầu phô.

2. ĐTKVN, *KTCB*.

Dịch nghĩa:

Thân như bóng chớp chiều tà
Cỏ cây tươi tốt thu qua rụng rời
Sá chi suy thịnh cuộc đời
Thịnh suy như hạt sương rơi đầu cành.

(Ngô Tất Tố)

Ý nghĩa này sẽ trở nên rõ ràng khi phân tích sự hình thành con người. Theo đạo Phật, con người là một tập hợp của năm uẩn hay năm nhóm (P. *Pañca khandha* - H. 五蘊), gồm sắc, thọ, tưởng, hành, thức; năm nhóm luôn tùy thuộc vào nhau để tồn tại, không có một nhóm nào trong chúng có thể tồn tại một cách độc lập; một nhóm hiện hữu có nghĩa là cả năm đều có mặt. Cần lưu ý rằng năm uẩn này luôn biến chuyển không ngừng; các uẩn sinh khởi, tồn tại rồi hoại diệt liên tục; chúng giống như dòng nước liên tục chảy xiết. Chúng ta có thể dùng thành ngữ "tâm viên, ý mã" để nói đến hiện tượng này. Khi đề cập đến con người, Đức Phật luôn dạy rằng "Vô thường, vô thường! Này các Tỷ-kheo? Cái gì là vô thường? Sắc (*rūpa*; 色) là vô thường; thọ (*vedanā*; 受) là vô thường; tưởng (*saññā*; 想) là vô thường; hành (*saṇkhāra*; 行) là vô thường; thức (*viññāṇa*; 識) là vô thường. Nói tóm lại, năm uẩn (*pañcak-khanda*; 五蘊) là vô thường".

2. Khổ (P. *Dukkha*; H. 苦) là nội dung chính trong bài pháp Tứ Diệu Đế. Khổ (*Dukkha*), theo cách dịch và hiểu thông thường, có nghĩa là khổ, là đau khổ, đau đớn, buồn phiền... Do vậy, người ta thường hiểu nhầm và lên án Phật giáo là đạo bi quan, yếm thế vì cho rằng cuộc đời chỉ toàn khổ đau. Trong thực tế, ý nghĩa của Dukkha trong Phật

giáo còn bao hàm ý nghĩa vô thường, vì vô thường nên các pháp luôn mang yếu tố bất toàn, trống rỗng, giả tạm và đưa đến khổ đau. Đây là lý do tại sao kinh gọi "các hành là vô thường" (P. *Anitya sarva-samskhara*; H. 諸行無常). Ý nghĩa này sẽ được soi sáng qua lời dạy sau đây của Đức Phật, "Này các Tỷ-kheo, sắc, thọ, tưởng, hành, thức là thường hay vô thường?" Các Tỷ-kheo trả lời "sắc, thọ, tưởng, hành, thức là vô thường". "Cái gì vô thường là khổ hay lạc?" "Là khổ bạch Thế Tôn". Do vậy, vô thường và khổ có mối quan hệ mật thiết với nhau và khổ được gọi là đặc tính thứ hai của các pháp.

Khổ (P. *Dukkha*; H. 苦) trong Tứ Diệu Đế có tám loại, bao gồm sanh khổ, lão khổ, bệnh khổ, tử khổ, oán tắng hội khổ (sống chung với những người và những thứ mình không thích là khổ), ái biệt ly khổ (xa lìa những người mình yêu thương, những thứ mình yêu thương là khổ), cầu bất đắc khổ (mong muốn không được là khổ), ngũ ấm xí thạnh khổ (chấp thủ thân năm uẩn là khổ).

Tám loại khổ trên được ngài Phật Âm (*Buddhaghosa*)[3] phân tích theo ba phương diện:

a. Khổ khổ (P. *Dukkha dukkhata*; H. 苦苦): Thân tâm của chúng sanh vốn dĩ đã chứa đựng khổ đau, cộng thêm những cái khổ khác như đói, khát, nắng mưa, gió rét, dao gậy... nên gọi là khổ khổ. Khổ khổ thuộc về khổ thọ.

b. Hoại khổ (P. *Viparinama-dukkhata*; H. 壞苦), còn gọi là biến dị khổ, nghĩa là cái khổ này phát sinh khi người

3. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo Luận*, Nxb Hồng Đức.

mình yêu thương chết mất, vật mình yêu thương bị hư hoại... Hoại khổ thuộc lạc thọ

c. Hành khổ (P. *Samskhara-dukkhata*; H. 行苦) nghĩa là tất cả các pháp hữu vi đều do duyên sinh, nên vô thường và luôn thay đổi theo thời gian, không một phút giây ngừng nghỉ nên khiến chúng sanh cảm thấy khốn khổ, bức bách. Đây là ý nghĩa của lời dạy "chư hành vô thường, thị sanh diệt pháp". Hành khổ thuộc xả thọ.

3. Vô ngã (P. *Anattā*, S. *Anatma*; H. 無我) là đặc tánh thứ ba trong Tam pháp ấn, thuyết minh về tính phổ quát của vạn sự, vạn vật. Giống như giáo lý Tứ Diệu Đế, vô ngã là giáo lý đặc biệt khác của Phật giáo; bởi vì trong khi tất cả các tôn giáo trên thế giới đều chủ trương về một cái ngã, hay linh hồn tồn tại độc lập với vạn pháp, thường hằng, bất biến từ kiếp này sang kiếp khác. Phật giáo chủ trương không có một linh hồn trường cửu bất biến nào có thể được xem là ngã hay linh hồn, đối lập với mọi thân thể. Sở dĩ điều này được Đức Phật đặc biệt nhấn mạnh vì từ xưa cho đến nay người ta vẫn có một quan niệm sai lầm rằng ý thức là một thứ ngã hay linh hồn tương tục lập thành một bản thể trường tồn.

Một cách tổng quát, anattā (bao gồm hai phần: "an" có nghĩa là không và "atta" với ý nghĩa là ngã hay linh hồn) có nghĩa là không có tự ngã hay linh hồn. Theo *Phật Quang Đại Từ Điển*, vô ngã thông thường được chia làm hai loại, gồm nhân vô ngã và pháp vô ngã:

a. Nhân vô ngã (còn gọi là ngã không): Con người hay hữu tình do năm uẩn (tạo thành danh hay tâm và sắc) giả hợp mà thành chứ không hề có một sinh mạng chân thật nào cả.

b. Pháp vô ngã (cũng gọi là pháp không): Hết thảy các pháp đều nương vào nhân duyên mà sinh ra hay giả lập, vì thế sự tồn tại xưa nay vốn không có bản tánh (tự tánh) độc lập, cố hữu.

Như thế, vô ngã (P. *Anattā*; H. 無我) có nghĩa là không có bất cứ một pháp hữu vi nào (bao gồm con người và vạn hữu) có thể hiện hữu một cách độc lập, vì giáo lý duyên sinh của đạo Phật chủ trương rằng không có gì sinh khởi mà không phụ thuộc vào các nguyên nhân. Năm uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức) hay con người cũng được diễn đạt là phụ thuộc nhau mà sinh khởi; do vậy không hề có bản chất của một cái ngã bất biến tồn tại độc lập với năm nhóm này. Bởi vì nếu năm uẩn chính là con người, vậy chắc chắn người ta có thẩm quyền đối với năm uẩn, người ta có thể kiểm soát, điều khiển được chúng, người ta có thể ra lệnh cho năm uẩn không được già, không được bệnh, không được vô thường, không được biến hoại... Nói cách khác, nếu có một cái gì đó được gọi là ngã, linh hồn... thì người ta có quyền kiểm soát hoàn toàn nó, buộc nó phải vận hành theo cách mà người ta muốn; hay nếu có một cái gì đó có thể được gọi là vật sở hữu riêng của người ta thì hẳn người ấy có thể sử dụng vật ấy với quyền lực trọn vẹn. Nhưng trong thực tế con người và vạn hữu đều chịu quy luật thành, trụ, hoại, không...[4] Trên đây là nội dung tóm tắt về quan điểm vô ngã mà Đức Phật đã giải thích cho các ngoại đạo.

4. Tham khảo "*Chuỗi Ngọc Trai*", Hương Vân (dịch), Nxb Phương Đông, 2011.

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG

Sự liên kết hay mối quan hệ hữu cơ giữa ba đặc tánh vô thường, khổ, vô ngã đã được chứng minh qua lời dạy sau đây của Đức Phật: Sắc, thọ, tưởng, hành, thức là vô thường; cái gì vô thường cái ấy khổ; cái gì khổ cái ấy vô ngã. Cần lưu ý rằng mối quan giữa tam pháp ấn đã được Đức Phật giảng giải một cách rõ ràng và thống nhất trong hai tạng kinh Nikāya và A-hàm. Sự hợp lý trong mối liên hệ giữa vô thường và khổ là điều có thể dễ dàng hiểu được, nhưng tại sao tư tưởng vô ngã lại được diễn đạt theo sau như là hệ quả của sự thực khổ đau. Vấn đề này sẽ trở nên rõ ràng hơn khi chúng ta đảo ngược thứ tự của tam pháp ấn này. Ví dụ, chúng ta không thể xem bất cứ cái gì là của riêng mình hay thuộc về mình vì những thứ mà chúng ta xem như thế đều có nguồn gốc khổ đau. Khổ đau là vì những điều mà chúng ta nghĩ một cách sai lầm như là sở hữu của mình không vận hành theo cách mà chúng ta muốn nó vận hành. Tại sao như vậy? Do vì bất cứ gì mà chúng ta suy tưởng một cách sai lầm là sở hữu của chúng ta đều là đối tượng của sự biến dịch không ngừng (anicca); do vì chúng biến dịch không ngừng nên không có bản chất thật sự; do vậy chúng không có bản ngã.

IV. ỨNG DỤNG THỰC TIỄN:

Toàn bộ giáo lý của đạo Phật chỉ nhằm đến mục đích chỉ ra khổ và con đường diệt khổ. Sở dĩ người ta khổ là vì người ta không nhận chân được gốc rễ tạo ra khổ đau. Vô minh hay sự ngu dốt chính là nguyên nhân khiến chúng ta mãi luân hồi trong sinh tử. Trong khi tất cả các pháp hữu vi là vô thường, không có bản chất, là vô ngã nhưng do tà

kiến, vô minh nên chúng ta chấp nó là thường, là có bản ngã; vì vậy nên chúng ta mãi cảm nghiệm khổ đau. Chính vô minh, tà kiến, chấp ngã là ngọn nguồn tạo nên tất cả tham lam, độc ác, sân si... Do vậy, chúng ta cần phải tu tập và nuôi dưỡng cái nhìn chân chánh (chánh kiến) trong cuộc sống hằng ngày để sự thật về cuộc đời và thế giới sẽ được nhận chân một cách chính xác, như lời Đức Phật dạy trong *kinh Pháp Cú*:

Tất cả hành vô thường,
Với tuệ quán như vậy,
Đau khổ được nhàm chán,
Chính con đường thanh tịnh.

Tất cả hành khổ đau,
Với tuệ quán như vậy,
Đau khổ được nhàm chán,
Chính con đường thanh tịnh.

Tất cả pháp vô ngã,
Với tuệ quán như vậy,
Đau khổ được nhàm chán,
Chính con đường thanh tịnh.

Biết thân như bọt nước,
Ngộ thân là như huyễn,
Bẻ tên hoa của ma,
Vượt tầm mắt thần chết.

Nói tóm lại, chúng ta phải như thật tuệ quán về ngũ uẩn

(sắc, thọ, tưởng, hành, thức) là vô thường! Cái gì vô thường đưa đến khổ đau! Cái gì vô thường, khổ, chịu sự biến hoại, cần phải như thật tuệ quán: Cái này không phải là tôi, cái này không phải của tôi, cái này không phải tự ngã của tôi. Do thầy biết một cách chân chánh như vậy, tâm tham ái và chấp thủ của chúng ta sẽ được đoạn trừ; và ngay trong đời sống hiện tại chúng ta cảm nhận được an lạc, hạnh phúc.

***

Câu hỏi hướng dẫn học tập

1. Nội dung Tam pháp ấn?
2. Tìm hiểu mối quan hệ của Tam pháp ấn?
3. Tìm hiểu những lời dạy về pháp tu Tam pháp ấn?

Bài đọc thêm

1. *Tam Pháp Ấn, Phật Học Cơ Bản, tập II*, Ban Hoằng pháp Trung ương, Nxb Tôn giáo, 2003.

2. Hương Vân (dịch), *Giáo lý Vô Ngã của Phật giáo và Vấn Đề Siêu Ngã - Chuỗi Ngọc Trai*, Nxb Phương Đông, 2011.

Sách tham khảo

1. Thích Quảng Độ, *Phật Quang Đại Từ Điển*, Hội Văn hóa Giáo dục Linh Sơn Đài Bắc, 2000.

2. Thích Nữ Trí Hải (dịch), *Thanh Tịnh Đạo Luận*, Nxb Hồng Đức.

3. Tỷ-kheo Thích Minh Châu (dịch), *kinh Pháp Cú*, Nxb Tôn Giáo, 1993.

4. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trung Bộ*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 1992.

5. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trường Bộ*, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam, 2001.

Bài 20

NGHIỆP

(P. *Kamma*; H. 業)

Hạnh phúc và đau khổ là mối ưu tư hàng đầu trong cuộc sống của con người. Trên hành trình suy tư về ngọn nguồn của hạnh phúc và đau khổ thỉnh thoảng người ta chạm tới một vấn đề siêu hình sâu thẳm: Ta là ai? Một khoảnh khắc trực cảm giúp con người nhận ra rằng có một cái gì đó biến chuyển không ngừng trong một guồng máy vận hành của sinh mệnh. Giáo lý Nghiệp sẽ giúp cho con người vén lên bức màn bí mật, làm lộ ra một nguyên lý trong cơ cấu vận hành chi phối sinh mệnh, tạo nên hạnh phúc và gây ra đau khổ cho con người. Đạo Phật gọi đó là nguyên lý hay giáo lý Nghiệp. Lời dạy căn bản về giáo lý Nghiệp được thể hiện qua câu *kinh Trung Bộ*: "...các loài hữu tình là chủ nhân của nghiệp, là thừa tự của nghiệp. Nghiệp là thai tạng, nghiệp là quyến thuộc, nghiệp là điểm tựa, nghiệp phân chia các loài hữu tình; nghĩa là có liệt, có ưu"[1].

---

1. *KT.B 135*, Tiểu kinh Nghiệp phân biệt.

I. ĐỊNH NGHĨA:

Nghiệp (S: *Karma*, P: *Kamma*; H. 業): là hành động có tác ý[2]. Nói cách khác Nghiệp luôn luôn có nguồn gốc từ những tạo tác trong tâm thức và được thể hiện ra ngoài qua những hoạt động của thân, miệng và ý. Vì vậy mà có thuật ngữ "tam nghiệp" để chỉ cho thân nghiệp, khẩu nghiệp và ý nghiệp[3].

Theo định nghĩa trên thì Nghiệp có tính chất trung tính, tức là không chứa sẵn tính chất thiện hay tính chất bất thiện. Tuy nhiên trong đời sống cũng như trong dòng sinh diệt tương tục của một con người mà nói về nghiệp thì chủ yếu nói về nghiệp thiện và nghiệp ác. Sự vận hành của nghiệp nằm trong sự vận hành của nhân quả và theo tương quan nhân quả thì nghiệp thiện góp phần dựng xây hạnh phúc và nghiệp ác là nguyên nhân gây ra khổ đau[4].

II. GIẢI THÍCH CÁC THUẬT NGỮ:

Có gần 70 thuật ngữ có chứa từ tố 'Nghiệp' trong hệ thống văn điển Phật giáo, dưới đây là số thuật ngữ thường được nói đến.

Ẩn nghiệp: Loại nghiệp có mặt trong thân tâm nhưng

---

2. Dân gian thường hay hiểu lầm giữa nghiệp và nghiệp báo hay nghiệp quả, cho rằng những điều gì xấu mà bản thân của mình đang phải chịu là nghiệp.

3. Theo định nghĩa trên thì nghiệp là trung tính, không thiện không ác.

4. Trong chiều sâu của giáo lý thì cách cảm nhận hạnh phúc hay cảm nhận đau khổ là yếu tố quan trọng chi phối sự vận hành của nghiệp. Chính nhờ cách cảm nhận mà người tu theo đạo Phật vượt qua khỏi sự chi phối hoàn toàn của nghiệp và đi vào cảnh giới vô lậu giải thoát. Vì vậy mà con người có thể làm chủ trong việc tạo nghiệp, làm chủ trong sự vận hành của nghiệp. Làm chủ đối với nghiệp có nghĩa là làm chủ đối với vận mạng của mình.

người ta không thấy một cách rõ ràng; thuật ngữ chuyên môn chỉ cho ẩn nghiệp là "chủng tử".

Hành nghiệp: Những loại hành vi tốt hay xấu.

Tư nghiệp: Những ý tưởng hay động cơ tốt hay xấu.

Bạch nghiệp: Còn gọi là nghiệp trắng, chỉ cho các loại nghiệp thiện.

Hắc nghiệp: Còn gọi là nghiệp đen, chỉ cho các loại nghiệp ác.

Biệt nghiệp: Còn gọi là nghiệp riêng, chỉ cho các loại nghiệp thuộc về cá nhân của một người.

Cộng nghiệp: Loại nghiệp chung, chỉ cho các loại nghiệp của một tập thể gồm nhiều người.

Chướng nghiệp: Loại nghiệp làm cản trở tiến trình từ nghiệp đến quả của một nghiệp khác.

Đoạn nghiệp: Loại nghiệp làm đứt hẳn tiến trình từ nghiệp đến quả của một nghiệp khác.

Cận tử nghiệp: Loại nghiệp hiện khởi khi sắp chết, quyết định cảnh giới và thân tướng của kiếp sống kế tiếp.

III. PHÂN TÍCH NỘI DUNG:

Trong thời Phật đã có nhiều quan điểm về Nghiệp khác nhau được dùng để giải thích nguồn gốc của những hạnh phúc hay những bất hạnh mà một người phải lãnh thọ trong cuộc đời. Trong đó nổi trội nhất là năm giáo lý hay năm quan điểm về nghiệp được nhiều người tin theo như sau:

1. Giáo lý chủ trương rằng không hề có nguyên nhân: Theo giáo lý này thì số phận của con người, cụ thể là những

may mắn và bị rủi ro của một người đều là chuyện ngẫu nhiên mà thôi. Giáo lý này cho rằng không hề có nguyên nhân chính hay nguyên nhân phụ, nguyên nhân trực tiếp hay nguyên nhân gián tiếp gì cả. Vì cho rằng những điều tốt đẹp và sung sướng do ngẫu nhiên mà có sẵn ở thế gian nên giáo lý này khuyến khích con người hãy lên đường tìm kiếm, nhận ra và tận hưởng chúng; thậm chí dù cho chúng có mang tính chất nhất thời và mỏng manh đi nữa.

2. Giáo lý chủ trương rằng những yếu tố cấu tạo nên thể chất của một người sẽ quyết định số phận, quyết định sự vui hay buồn, sướng hay khổ của người ấy suốt cuộc đời. Những yếu tố tạo nên thể chất của một người bao gồm: đất, nước, lửa và gió. Giáo lý này giải thích rằng nếu bốn yếu tố này kết hợp với nhau một cách tốt đẹp và hài hòa trong cơ cấu thân thể thì người đó sẽ khỏe mạnh, hạnh phúc và may mắn. Nếu chúng kết hợp với nhau một cách không quân bình, không hài hòa, khắc chế lẫn nhau thì người ấy sẽ kém sức khỏe, xui xẻo và nhiều bất hạnh.

3. Giáo lý chủ trương rằng số phận tốt hay xấu của con người là do người ấy sanh trong dòng họ cao quý hay hèn hạ. Giáo lý này giải thích rằng do vì một người sinh ra ở giai cấp quyền quý sang trọng như giai cấp Bà la môn hay Sát đế lợi nên người ấy sẽ hạnh phúc, sung sướng và nhiều may mắn. Do vì người sinh ra ở giai cấp thấp kém, nghèo khổ, dốt nát như giai cấp Thủ đà la nên người ấy sẽ đau khổ, buồn phiền và xui rủi. Nói chung giáo lý này cho rằng dòng dõi hay gia tộc quyết định số mạng hay số phận của một con người.

4. Giáo lý chủ trương rằng có đấng thiêng liêng, thượng đế tối cao sáng tạo và ngự trị vũ trụ kể cả mọi sinh linh trong vũ trụ đó. Giáo lý này xây dựng nên một hệ lý luận

xoay quanh đấng thiêng liêng và cho rằng số phận của con người như thế nào là tùy thuộc vào quyết định của đấng thiêng liêng. Nói rõ hơn, mọi niềm hạnh phúc và mọi nỗi khổ đau của con người đều là do sự sắp đặt từ trên cao. Và vì vậy mà những người tin theo giáo lý này không thừa nhận năng lực quyết định của con người, cũng không thừa nhận những nguyên lý của quy luật nhân quả.

5. Giáo lý chủ trương rằng tất cả đều do định mệnh. Người theo giáo lý này tuyên bố rằng hạnh phúc hay đau khổ của một người trong kiếp sống hiện tại là do những nghiệp thiện và những nghiệp ác mà người ấy đã làm trong quá khứ. Nói rõ hơn, mọi việc đã do nghiệp quá khứ quyết định rồi nên người ta hãy chấp nhận hoàn cảnh đang có. Những người tin theo quan điểm này và những người tin vào đấng tối cao sáng tạo có quyền lực tuyệt đối giống nhau ở chỗ cả hai đều phủ nhận giá trị của ý chí con người trong việc quyết định số phận của mình.

IV. CỐT LÕI CỦA GIÁO LÝ NGHIỆP TRONG ĐẠO PHẬT:

Nhà Phật định nghĩa Nghiệp là hành động có tác ý hay có chủ ý và xác lập rằng con người hoàn toàn có khả năng làm chủ và chuyển hóa nghiệp. Trên nền tảng của định nghĩa và sự xác lập đó, Phật giáo chỉ ra rằng con người, cá nhân hay tập thể, là yếu tố chủ đạo, yếu tố trung tâm trong việc quyết định tính chất hay phẩm chất của cuộc sống hiện tại và tương lai của mình. Phật giáo cũng chỉ ra rằng con người có tự do về phương diện ý chí và phương diện hành động, nhất là phương diện hành trì theo Chánh pháp để chuyển hóa nghiệp xấu quấy ô nhiễm thành nghiệp thiện lành tốt đẹp thanh tịnh. Như vậy, con người có tự do tác

động đến cuộc sống, nuôi dưỡng hạnh phúc hay gây nên đau khổ cho bản thân và cuộc đời.

Giáo lý nghiệp phát triển thêm một cấp độ mới, được xem là thành hình khi bao gồm đủ ba yếu tố:

Chủ ý: thuật ngữ chuyên môn là tư tâm sở, được diễn giải là ý chí, ý định hay mục đích mà người ta nhắm đến khi thực hiện một hành động hay hành vi nào đó;

Hành động được thực hiện: bao gồm những hành động tốt hay xấu, thiện hay bất thiện, thanh tịnh hay uế nhiễm mà người ta thực hiện ngang qua thân hay ngang qua lời nói.

Những dấu vết còn lại: đó là những dấu ấn, những hiệu ứng mà những hành động tốt hay xấu sau khi được làm đã để lại nơi thân tâm của một người. Yếu tố thứ ba này có thể được gọi là ẩn nghiệp. Như đã được trình bày, ẩn nghiệp là dạng nghiệp có mặt trong thân tâm nhưng người ta không thấy một cách rõ ràng.

Trong Phật giáo không có quan niệm về một yếu tố có thẩm quyền tuyệt đối và siêu hình đã và đang thực hiện chức năng sáng tạo con người và quyết định thân phận của con người. Thay cho quan niệm đó, Phật giáo xác lập rằng con người chính là chủ, là yếu tố chủ đạo, yếu tố trung tâm trong việc hình thành nên tính cách và số phận của mình. Vì con người là vô ngã, là giả hợp, là không thuần nhất, nên nói một cách đúng hơn, yếu tố chủ đạo đó chính là tổng thể những ẩn nghiệp đang tích tụ. Tổng thể những ẩn nghiệp chính là tác nhân, là cơ cấu vận hành, cơ cấu chi phối sinh mệnh, tạo nên hạnh phúc và gây ra đau khổ cho con người. Tóm lại, trong quá trình tu tập và chuyển hóa, nghiệp là cái làm nên tính cách và quyết định số phận của một người.

Giáo lý nghiệp còn cung cấp cho hành giả thêm cơ sở để nhận thức về nghiệp một cách cụ thể hơn, chi tiết hơn, qua việc phân tích nghiệp thành những loại khác nhau theo những phương pháp khác nhau.

V. CÁC PHƯƠNG PHÁP PHÂN LOẠI NGHIỆP:

1. Phân loại nghiệp dựa trên tiêu chuẩn đạo đức: Là cách phân loại mang tính thực tiễn, thực nghiệm trong cuộc sống hằng ngày, rất phổ biến, được nhiều kinh điển đề cập gồm:

- Không sát hại mạng sống,
- Không lấy của không cho,
- Không tà dâm,
- Không nói dối,
- Không nói xúc xiểm,
- Không mắng chửi,
- Không nói phù phiếm,
- Không tham lam,
- Không sân hận,
- Không si.

Mười nghiệp xấu hay nghiệp đáng chán ghét là những hành vi ngược lại với mười nghiệp tốt trên đây: Giết hại mạng sống, trộm cắp, tà dâm, nói dối, nói xúc xiểm, mắng chửi, nói phù phiếm. Có một loại nghiệp dường như không liên quan đến phương diện đạo đức vì không tốt mà cũng không xấu nhưng vẫn nằm trong cách phân chia này.

2. Phân loại nghiệp dựa trên cơ năng: Dùng danh sách

mười loại nghiệp trong cách phân loại nghiệp dựa trên tiêu chuẩn đạo đức để trình bày cách phân loại nghiệp dựa trên chức năng tạo tác thì chúng ta sẽ thấy như sau: Ba nghiệp đầu trong mười nghiệp được liệt kê ở trên thuộc về những nghiệp do thân làm cơ năng tạo tác; bốn nghiệp kế thuộc về những nghiệp do lời nói làm cơ năng tạo tác; và ba nghiệp sau cùng thuộc về những nghiệp do ý tưởng làm cơ năng tạo tác. Nói gọn là Thân nghiệp, Khẩu nghiệp và Ý nghiệp.

3. Phân loại nghiệp dựa trên tiêu chuẩn nhiễm và tịnh: Đây là cách phân loại nghiệp có tính chất giống như cách phân loại nghiệp thứ nhất dựa trên tiêu chuẩn đạo đức vì nó căn cứ trên hai mặt nhiễm và tịnh, thiện và ác. Sự khác nhau chỉ là khác ở cấp độ tinh tế hơn, hướng đến việc tu tập chuyên sâu hơn. Với cách phân loại này chúng ta có ba loại nghiệp:

a. Nghiệp nhiễm: Là những nghiệp đặc trưng của cõi thế gian nhiều ham muốn gồm những hành động không tạo ra phước đức;

b. Nghiệp tịnh: Là những nghiệp cao thượng, thánh thiện có công năng hóa giải hay tiêu trừ nghiệp nhiễm gồm những hành động tạo ra phước đức;

c. Nghiệp kiên cố: Là một dạng nghiệp quả vì nó là kết quả của công phu tu tập thiền định một cách thích hợp.

4. Phân loại nghiệp dựa trên hậu quả: Đây là cách phân loại nghiệp dựa trên tính chất của hậu quả hay nghiệp quả mà nghiệp hay nghiệp nhân đã gây nên, gồm:

a. Cực trọng nghiệp: Là loại nghiệp tệ hại và nặng nề nhất gây ra hậu quả tức khắc. Cực trọng nghiệp gồm

năm loại hành vi: Giết mẹ; giết cha; giết A-la-hán; gây nên sự chia rẽ trong tăng chúng; và làm cho thân thể của Phật chảy máu.

b. Cận tử nghiệp: Là Nghiệp tạo ra hay nhớ nghĩ lúc lâm chung; nghiệp này rất quan trọng vì nó chi phối đến việc thác sinh.

c. Tập quán Nghiệp: Là những hành động trở thành tập quán tác thành cá tính con người. Tập quán nghiệp tốt có thể giúp con người hoan hỷ khi chết và ngược lại.

d. Tích lũy nghiệp: Là các nghiệp còn lại, ngoài ba nghiệp trên được gọi là tích lũy nghiệp; Nghiệp này như chỗ chứa đựng các nghiệp của một chúng sanh[5].

5. Phân loại nghiệp dựa theo bản chất:

a. Nghiệp đen: Những nghiệp tạo ra những hậu quả khốn khổ;

b. Nghiệp trắng: Những nghiệp tạo nên những kết quả an vui, phúc lạc;

c. Nghiệp vừa đen vừa trắng: Những nghiệp tạo ra những hệ quả khổ, vui lẫn lộn;

d. Nghiệp không đen, không trắng: Những nghiệp không tạo nên hậu quả mà chỉ đưa đến việc đoạn trừ 3 loại nghiệp đen, trắng, vừa đen, vừa trắng ở trên. Trong cách phân loại nghiệp theo tiêu chuẩn nhiễm và tịnh thì một dạng của loại nghiệp không đen, không trắng có tên gọi là Nghiệp Kiên cố.

---

5. Thích Chơn Thiện, *Phật Học Khái Luận*, Nxb.TP.HCM, 1999.

6. Phân loại nghiệp dựa trên thời gian: Theo cách phân chia này thì nghiệp có bốn loại:

a. Những nghiệp mà người tạo ra phải lãnh thọ quả báo ngay trong kiếp này, còn gọi là Nghiệp Hiện báo;

b. Những nghiệp mà người tạo ra phải lãnh thọ quả báo trong kiếp sống kế, còn gọi là Nghiệp Sinh báo;

c. Những nghiệp mà người tạo ra phải lãnh thọ quả báo trong nhiều kiếp sống sau này gọi là Nghiệp Hậu báo;

d. Những nghiệp mà thời gian người tạo ra phải lãnh thọ quả báo không xác định là lúc nào, còn gọi là Nghiệp Bất định báo.

7. Phân loại nghiệp dựa trên quy mô của nghiệp và của nhân quả: những nghiệp được miêu tả trên đây đều liên quan đến một cá nhân tạo nghiệp và vì vậy có thể được gọi là Biệt nghiệp hay nghiệp riêng của một cá nhân. Tuy nhiên tất cả loại nghiệp đều có thể có mối liên quan đến cả một tập thể, thí dụ như gia đình, dòng họ, sắc dân, khu vực địa lý, hay cả một dân tộc. Vì vậy, nếu một nghiệp được thực hiện bởi một tập thể hay bởi một cá nhân được tập thể ủy nhiệm hay đồng thuận thì được gọi là Cộng nghiệp hay nghiệp chung của một tập thể. Dĩ nhiên, quả của nó tác động chung đến tập thể đó.

VI. MỘT SỐ ĐIỀU CẦN NHẬN THỨC VỀ NGHIỆP:

1. Tính chất tất nhiên của nghiệp:

Do cơ chế vận hành của nghiệp nên tất cả hành vi, lời nói hay ý tưởng khi đã thực hiện thì không thể tránh khỏi nghiệp quả. *Kinh Pháp cú* số 127 nói rằng:

"Không trên trời dưới biển,
Không lánh vào động núi,
Không chỗ nào trên đời,
Trốn được quả ác nghiệp".

Cũng do cơ chế vận hành của nghiệp mà hoàn cảnh sống hiện tại của một người phần lớn là do những hành động trong quá khứ, thuộc kiếp này, thuộc kiếp trước hay nhiều kiếp trước của người ấy quyết định. Về mối liên hệ giữa giáo lý nghiệp và giáo lý nhân quả thì có thể nói rằng cơ chế vận hành của nghiệp là nội dung trọng yếu và mang giá trị nhân sinh thiết thực của giáo lý nhân quả. Qua đó, một người chắc chắn phải đối diện với tất cả hậu quả hay kết quả của những nghiệp thiện hay ác mà người ấy đã gây nên.

2. Khả năng chuyển hóa của nghiệp:

Mối quan hệ nhân - quả trong giáo lý nghiệp khi nhìn từ góc độ đơn tuyến thì rõ ràng là nhân nào quả nấy, tạo nghiệp thiện thì hưởng quả thiện, tạo nghiệp ác thì chịu quả ác, trồng dưa thì hưởng dưa, trồng đậu thì hưởng đậu. Trên cán cân này thì nghiệp nhân và nghiệp quả có tính chất giống nhau và nặng nhẹ bằng nhau, lượng và chất hai bên tương ứng với nhau. Cũng là mối quan hệ nhân quả nhưng khi nhìn từ góc độ đa tuyến hay góc độ phức hợp thì từ nhân đến quả là một tiến trình chịu nhiều tác động khác nhau. Chính vì vậy mà người tu có khả năng chuyển hóa nghiệp và cũng chính vì vậy mà người tu trong Phật giáo không tin vào thuyết định mệnh. Nhà Phật thường đơn cử ba trường hợp liên quan đến sự chuyển hóa nghiệp như sau:

a- Qua việc tự mình sám hối những hành vi quấy ác mà mình đã làm song song với việc tập sống một đời sống theo chánh pháp và làm những việc thiện lành trong sạch. Những nghiệp thiện này chính là những nghiệp tốt, đối trọng với nghiệp xấu, sẽ làm giảm đi hay tiêu trừ hẳn sức mạnh của nghiệp xấu: đây là trường hợp tự lực.

b- Trường hợp một hay nhiều người thân, nhiều người tại gia hay xuất gia tu tập miên mật, tụng niệm thành tâm, cử hành lễ nghi nghiêm trang đúng pháp sẽ tạo ra một dạng cộng nghiệp tốt rồi hồi hướng cho một người nào đó. Nghiệp tốt đã được hồi hướng sẽ biến thành một nguồn năng lượng làm nhẹ đi hay tiêu trừ hẳn những ác nghiệp mà người ấy đã gây tạo: đây là trường hợp tha lực.

c- Trường hợp khi một người được hồi hướng công đức như trên sanh tâm tùy hỷ, hoan hỷ nương theo tu hành thì sẽ tạo ra một nguồn lực cộng hưởng mạnh mẽ, làm nhẹ đi hay tiêu trừ hẳn những ác nghiệp mà người ấy đã gây tạo: đây là trường hợp tự tha cộng lực. Khi còn sống thì người ấy được phước lạc an vui, mệnh chung thì được thảnh thơi siêu thoát.

3. Tác dụng của giáo lý nghiệp trong đời sống nhân sinh:

Trọng tâm của Đạo Phật không phải là nghiệp cũ, Đạo Phật quan tâm sâu sắc tới nghiệp đang làm và sẽ làm. Giáo lý nghiệp trang bị cho con người một nền tảng vững vàng về sự nhận thức, một định hướng tốt nhất cho hành động và lời nói. Cụ thể, giáo lý nghiệp hướng con người đến những đức tính sau đây:

a- Thường xuyên tự tiết chế và tự thức tỉnh: Vì ý thức được tầm quan trọng của ba loại nghiệp nên người tu thường

xuyên cảnh giác và ngăn chặn tiến trình thực hiện những nghiệp bất thiện qua thân, miệng hay ý; thường xuyên tỉnh thức đối với mọi ý nghĩ, lời nói và hành vi.

b- Không giao động trước mọi hoàn cảnh: Vì biết rằng luật nhân quả rất công bằng và khách quan và tất cả những gì một người nhận được đều là do những nghiệp nhân mà người ấy đã gây nên người tu chấp nhận mọi sự việc xảy ra dù tốt hay xấu. Do chấp nhận như vậy nên người ấy chẳng những không giao động mà còn sáng suốt và bình thản trước mọi hoàn cảnh mà người ấy đang đối diện trong hiện tại.

c- Chủ động chuyển nghiệp: Vì nghiệp nhân trong quá khứ không phải là trọng tâm trong giáo lý nhà Phật. Hiện tại là những gì mà một người có thể dự phần quyết định. Vì vậy người tu thì chủ động việc làm, lời nói, và suy nghĩ theo chiều hướng tốt đẹp nhất để tác động tốt nhất đến cuộc sống trong hiện tại và tương lai. Cụ thể là việc chủ động thực hiện các nghiệp tốt, chuyển hóa các nghiệp xấu, trên nền tảng của một cuộc sống đạo đức, tỉnh thức và trí tuệ, như lời dạy trong *kinh Pháp Cú*: "Không làm các điều ác, thực hiện các hạnh lành, giữ tâm ý trong sạch, đó là lời Phật dạy".

Cần lưu ý rằng, tất cả các bậc Bồ-tát, Thánh hiền và mọi người tu hành chân chính dù theo bất kỳ pháp môn hay tông phái nào đều phải tuân thủ những lời dạy này và cần phải áp dụng nó trong đời sống tu tập và hành đạo. Mối quan tâm chủ yếu của đạo Phật không phải là nghiệp cũ mà là nghiệp đang làm hay sắp làm, đồng thời hướng người tu đến những đức tính sau đây:

a.- Thường xuyên tự tiết chế và tự thức tỉnh vì ý thức được tầm quan trọng của ba loại nghiệp nên người tu

thường xuyên cảnh giác và ngăn chặn tiến trình thực hiện các nghiệp bất thiện; thường xuyên tỉnh thức đối với mọi ý nghĩ, lời nói và hành vi.

b.- Không giao động trước mọi hoàn cảnh vì biết rằng luật nhân quả rất công bằng và khách quan và tất cả những gì một người nhận được đều là do những nghiệp nhân mà người ấy đã gây tạo, cho nên người tu chấp nhận mọi sự việc xảy ra dù tốt hay xấu. Do chấp nhận như vậy người tu chẳng những không dao động mà còn sáng suốt và bình thản trước mọi hoàn cảnh mà người tu đang đối diện trong hiện tại.

c.- Chủ động chuyển nghiệp, nghĩa là người tu quyết định làm, nói, và suy nghĩ theo chiều hướng tốt đẹp nhất để tác động tốt nhất đến cuộc sống trong tương lai. Cụ thể là việc chủ động thực hiện các nghiệp tốt, chuyển hóa các nghiệp xấu, trên nền tảng của một cuộc sống đạo đức, tỉnh thức và trí tuệ.

Thật ra, cảnh giới tối hậu của người tu theo Phật là không gây tạo nghiệp dù là loại nghiệp gì đi nữa. Đó là lý do để hình thành nên khái niệm "duy tác" để chỉ cho trường hợp có hành động mà không tạo nghiệp của những vị A-la-hán đã đạt được và sống trong cảnh giới cao nhất của sự giải thoát hoàn toàn.

***

Câu hỏi thảo luận:

1. Nghiệp và vấn đề tái sinh có mối liên hệ như thế nào?

2. Trong pháp môn Tịnh độ, Nghiệp có vị trí như thế nào?

3. Khái niệm Nghiệp tốt và khái niệm phước đức có sự sai biệt và tương đồng ra sao? Phước đức có di chuyển từ người này sang người khác qua việc hồi hướng hay không?

Bài đọc thêm:

1. HT. Thích Chơn Thiện, *Phật học khái luận*, Nghiệp và nghiệp báo, Nxb TP.HCM, 1999, tr.297

2. Phạm Kim Khánh (dịch), *Đức Phật và Phật Pháp*, Nghiệp là gì? Nxb Thuận Hóa, tr.315.

Tài liệu tham khảo

1. Kinh Pháp Cú.

2. Đại Tạng Kinh Việt Nam, *kinh Trung Bộ, kinh Tiểu Nghiệp Phân Biệt*, VNCPHVN.

3. HT. Thích Chơn Thiện, *Phật học khái luận*, Nxb TP.HCM, 1999.